

nr 3 maj 2015

egzemplarz bezpłatny

PRZEZ

# PRYZMAT

miesięcznik społeczno-kulturalny



ISSN 2449-5549

Taka Karma

Dokumentalista

Historyczne rękodzieła

Po pierwsze matka

Kameleon, nie dziewczyna

Niepodręcznikowi, ale skuteczni



Katarzyna Fronc



Ostatnio wszystko kręci się wokół czasu – jego braku lub upływu. Jak się okazuje, nie tylko u mnie, bo inni też wkoło o tym mówią. – Wy, kobiety, macie jakieś inne zegarki. Wszędzie i zawsze się spieszycie – powiedział mi nie dalek jak parę dni temu znajomy. – No dobra – pomyślałam, puszczając mimo uszu tę uwagę. Poza tym to artysta, i raczej nie biegnie po pracy do domu, żeby zrobić pranie, odkurzyć mieszkanie, nastawić zupę i nasmażyć kotlety na następny dzień. To jego zegarek wolniej odlicza czas. Mój przyspiesza. Z każdą upływającą godziną coraz bardziej. Tu już dwudziesta, a jeszcze tyle do zrobienia! – Ja tam lubię wszystko robić w wersji slow. So slow. To eliminuje bylejakość, a i życie lepiej smakuje – stwierdzenie kolejnego faceta. Nie artyści, ale prawie – gawędziarza, myśliciela-czarodzieja.

Nie mam pojęcia, jak to się dzieje, że seriami przytrafiają mi się sytuacje, tematy rozmów, ludzie o takich samych imionach albo poglądach czy przemyśleniach (takie prawo serii najwyraźniej). Wokół coraz więcej osób zaaferowanych odliczaniem dni, przeliczaniem obowiązków, których ilość zawsze niewspółmierna do długości doby, tygodnia, miesiąca, odhaczając z listy kolejne zadania. Na pytanie, czy mają czas na popołudniową kawę i ciacho w dobrym (bo naszym) towarzystwie, sprawdzają w pośpiechu terminarze. Chęci mają, a jakże! Tylko czasu brak... Przy okazji odpowiedzialność za taki stan rzeczy zrzucają na innych. Zazwyczaj bowiem nie ma tłumaczenia i bicia się w piersi: „To ja. To przeze mnie. Jestem nieorganizowana”. O, co to, to nie. Trzeba znaleźć kozła ofiarnego, żeby obarczyć go winą za notoryczne spóźnianie i nadmiar obowiązków (np. nieludzkiego szefa w pracy, a w domu wymagającego męża i rozpierzczone dzieci). Ale można też zgła inaczej – wzbudzając poczucie winy w Boga ducha winnej koleżance. Jak? Przytaczam podsluchane:

„Ty to masz życie! Bajka. Tyle czasu wolnego... Tydzień w tygodniu wyście z przyjaciółkami, kino, koncert, kolacyjka. Nie to, co ja – tylko dom i praca. Ciągłe pichcenie mężowi, sterty prasowania, jakieś klasówki do sprawdzenia, jakieś ogródki do wypielenia. No i te dzieci. Ciągłe czegoś chcą. Czegoś potrzebują. A Ty? Nic tylko wyjścia, nic tylko wyjazdy. Same przyjemności. Ja nie to, co ty, nie mam czasu na kosmetyczkę...” Dochodzi do tego, że ta, która ma wygospodarowaną godzinkę na jakieś peelingi czy maseczki, przestaje się przyznawać do wizyt w salonie urody. Bo po co denerwować przyjaciółkę i słuchać uszczypliwości o swojej próżności? Wracając do tematu tempa życia... Z nim jak z jedzeniem – może być w wersji slow lub fast. Jednym smakuje to, innym tamto. Tylko od nas zależy, jak intensywnie spędzimy dzień, tydzień, rok... Bo zawsze jest kwestia wyboru i choć niektórzy z zasady nie korzystają z wyjścia awaryjnego, czasem warto to zrobić. Bo, przykładowo, dzieci można do dziadków podrzucić, mężowi zaprosić kumpli i zaopatrzyć lodówkę, pranie rozwiesić tak, żeby szybko poszło później prasowanie. Takie hokus-pokus – szpilki zamienić na trampki i biec do fryzjera. Nockę zarwać na podgolenie sprawdzania tych kartków, a kolejny wieczór zarezerwować na przyjemności, i wyjść gdzieś z tymi koleżankami. I nie narzekać, że się nie da. Zwalniać upiorne tempo? Jak kto sobie życzy. Ja życzę naszym Czytelnikom, żeby znaleźli czas i mogli czerpać przyjemność z niespiesznej lektury miesięcznika „Przez Pryzmat”. A poczytać mamy o czym – bez sensacji, bez dramatów, a o życiu i pasjach ludzi, którzy zaznali luksusu „mienia” czasu na realizację pasji lub wykonywania zawodów, które sprawiają przyjemność dzielenia się z innymi swoimi talentami. Taki luksus w Białej Podlaskiej. ◀

## SZTUKA

Historyczne rękodzieła  
- Justna Kirczuk 3

## FELIETON

Trochę o bezsensownym  
bieganiu - Radosław Plandowski 4

M jak...

- Gabriela Kuc-Stefaniuk 5

## SZTUKA

Dokumentalista  
- wywiad Edyty Tyszkiewicz 6

## REKREACJA

Kajakiem po Krznie  
- Gabriela Kuc-Stefaniuk 8

## PASJE

Taka Karma  
- Katarzyna Fronc 9

## MODA

Kameleon, nie dziewczyna  
- Edyta Tyszkiewicz 10

## SPORT

Nie tylko sztuka walki  
- Małgorzata Brodowska 12

## WYWIAD

Po pierwsze matka  
- wywiad Justyny Kirczuk 14

## BIZNES

Niepodręcznikowi, ale skuteczni  
- Gabriela Kuc-Stefaniuk 16

## OD KUCHNI

Gruby chcińczyk  
- Małgorzata Tymoszek 18

## PSYCHOLOG

Przetrwać kryzys  
- Karolina Laszuk 19

## WYRYSOWANE

Juwenalia 2015  
- Łukasz Artyszuk 20

## FIRMY

Jak pasję zamienić w biznes 21

## DZIEJE SIĘ 22

## DZIAŁO SIĘ 23

PRZEZ  
PRYZMAT

Redaktor naczelna: Katarzyna Fronc  
tel. red. 535 962 562, 668 151 967.

www.facebook.com/przez.pryzmat.2015, e-mail: przez-pryzmat@o2.pl

Redakcja: Renata Szwed, Gabriela Kuc-Stefaniuk, Edyta Tyszkiewicz, Małgorzata Brodowska, Justyna Kirczuk, Małgorzata Tymoszek, Karolina Laszuk, Joanna Olecka, Radosław Plandowski, Łukasz Artyszuk.

Fot.: Natalia Wołosowicz, Grzegorz Doroszek, Małgorzata Piekarska.

Druk: Top-Druk, 18-402 Łomża, ul. Nowogrodzka 151A

Wydawca: OPENPRESS s.c. M. Krekora, W. Szawarniak www.openpress.pl

Treści zawarte w czasopiśmie „Przez Pryzmat” chronione są prawem autorskim. Wszelkie przedruki całości lub fragmentów artykułów możliwe są wyłącznie za zgodą wydawcy. Odpowiedzialność za treści reklam ponosi wyłącznie reklamodawca. Redakcja zastrzega sobie prawo do dokonywania skrótów tekstów, nadawania śródtytułów i zmiany tytułów. Nie oślamy i nie przechowujemy materiałów niezamówionych. Wydawnictwo ma prawo odmówić zamieszczenia ogłoszenia i reklamy, jeśli ich treść lub forma są sprzeczne z linią programową bądź charakterem pisma (art. 36 pkt. 4 prawa prasowego).

Nakład: 3000 egz.

# Historyczne rękodzieła

Co bialska bibliotekarka robi po godzinach pracy? Jak sama mówi, poza tym, że śpiewa, to jeszcze bawi się w archeologkę, historyczkę, projektantkę i krawcową. Katarzynę Bogusz każdego dnia można spotkać w Barwnej Multimedialnej Bibliotece dla Dzieci i Młodzieży w Białej Podlaskiej. Na co dzień zajmuje się też rekonstrukcją odzieży historycznej.

Wszystko zaczęło się, gdy miała 17 lat. – Kolega z klasy zaprosił mnie na imprezę taneczną do grupy rekonstrukcji historycznej. Spodobało mi się i zostałam tam na jakiś czas. W tym roku mija dziesięć lat, od kiedy szyję kostiumy – opowiada Katarzyna. Polega to na możliwie jak najwierniejszym odtworzeniu odzieży, która zachowała się na przestrzeni wieków, choćby fragmentarycznie, w dziełach sztuki, znaleziskach archeologicznych, a także źródłach opisowych. Na ich podstawie stara się zrekonstruować jedną rzecz albo cały kostium. – To jest zawsze tylko próba rekonstrukcji, bo tak naprawdę nigdy do końca nie wiadomo, jak dana rzecz wyglądała, jeśli nie ma jej fizycznie. Nawet jeśli mamy do dyspozycji jakieś wykopalisko, to należy pamiętać, że leżąc w ziemi przez setki lat, ulegało ono wielu procesom, które je po prostu zmieniło – tłumaczy bialczanka.

## Wykorzystać talent i czas

Katarzyna rekonstruuje głównie stroje ze średniowiecza, choć od ubiegłego roku poszerzyła swój zakres działań o antyk. Każdy kostium traktuje jak dzieło sztuki, dbając o najmniejszy szczegół. Tkaniny sprowadza z Czech oraz Litwy. Współpracuje też z polskimi hurtowniami, m.in. białąską fabryką wełny. – Robię to głównie dla własnej satysfakcji. Żeby sprawdzić siebie i swoje umiejętności. Podejmuję się zadań, których inni często się boją, bo pochłaniają mnóstwo czasu i pracy – opowiada Katarzyna. Nie korzysta z maszyny do szycia, choć tak z pewnością byłoby szybciej i taniej. – Wszystko wykonuję ręcznie. Mam wrażenie, że wtedy przelewam siebie w ten strój, mogę też przejąć większą kontrolę nad jego wyglądem – tłumaczy.

Bialczanka dopiero od kilku miesięcy zaczęła archiwizować zdjęcia swoich kostiumów i udostępniać je na profilu pod nazwą Atima Historical Costumes na jednym z portali społecznościowych. – Sporo kostiumów nadal mam u siebie. Trochę porządowałam znajomym, część rzeczy sprzedaję na serwisach aukcyjnych. Rozpoczęłam także współpracę z muzeami – przyznaje. Stało się to za sprawą wygranej w dwóch konkursach na turniejach w Rosji i w Polsce. Zwyciężył tam strój Chabi, cesarzowej mongolskiej, datowany na XIII/XIV wiek, nad którym Katarzyna pracowała ponad pół roku. Został już wypożyczony przez muzeum w Krakowie na

wystawę objazdową, zaś nowo powstające muzeum w Chwarszczanach chce zamówić u projektantki sześć kompletów strojów na własny użytek.

## Metodą prób i błędów

Bialczanka szyje od dziecka. Najpierw były sukienki dla lalek Barbie, z czasem kreacje dla siebie samej. Z wykształcenia jest folklorystką, fascynuje ją design. Przyznaje, że najbardziej lubi stroje stylizowane, najlepiej z elementami ludowymi, bądź też ubrania bardzo surowe, nawiązujące do nurtu ekologicznego. – Robi się je szybko, a prezentują się bardzo efektownie – tłumaczy Katarzyna.

Jak wygląda jej miejsce pracy? – Siedzę przed komputerem, oglądam jakiś serial i jednocześnie szyję – śmieje się. – Po wielu latach pracy doszłam już do takiej wprawy, że nie muszę patrzeć, jak szyję, tylko ręka sama jakoś leci. Skupiam się jedynie wtedy, gdy haftuję, ale również potrafię to łączyć z oglądaniem filmu bądź słuchaniem audiobooka.

Bogusz nie skończyła żadnej szkoły krawieckiej, ale za to przeczytała mnóstwo książek, w których poznawała tajniki szycia. Najwięcej nauczyła się jednak, pracując sama, metodą prób i błędów. Zdobyta już wiedzę chciałaby jeszcze bardziej rozwinąć i usystematyzować w szkole projektowania ubioru. – Myślę, że warto przenieść elementy strojów dawnych w modę współczesną – mówi. Przy niektórych projektach współpracuje z naukowcami. Tak było w przypadku stroju Połowieckiego, który konsultowała ze znawcą tematu, niezależnym badaczem Anetą Gołębiowską-Tobiasz, oraz z elementami stroju antycznego z epoki Halsztatu, w których doradzał jej dyrektor departamentu prehistorii Naturhistorisches Museum w Austrii HR dr Anton Kern. – Niektóre przerysy, nawet te robione przez archeologów, mogą zawierać dużo błędów, więc warto je skonsultować z kimś, kto dany zabytek widział bądź go zna – wyjaśnia bialczanka.

## Krew, pot i łzy

Katarzyna przyznaje, że początki nie były łatwe. Zniechęcenie i pierwsze kryzysy pojawiły się dość szybko. – Przy pierwszej sukience miałam pokrwawione palce od igieł. Długo nie mogłam jej skończyć, więc oczywiście wtedy zastanawiałam się, czy na pewno warto to robić. Ale na finiszu pracy poczu-



łam satysfakcję. Tak było z drugim, trzecim i wreszcie dziesiątym kostiumem. Od początku dążyłam do tego, by dana struktura zadowolili mnie w stu procentach – opowiada. – Jeśli chodzi o szycie, jestem pedantką. Mogę mieć bałagan wokół, ale kiedy szyję lub haftuję, to czuję, że efekt musi być perfekcyjny. Obecnie sukienkę szyję cztery lub pięć dni. Początkowo zajmowało mi to dwa tygodnie. Najwięcej czasu pochłaniają oczywiście hafty nicią jedwabną. Bardzo lubię wykańczać swoje dzieła, dopieszczając je najdrobniejszymi szczegółami. Jak przyznaje, kryzysy pojawiają się nadal, zwłaszcza wtedy, gdy brakuje jej czasu lub coś się nie udaje, bo przykładowo zamówiony materiał okazuje się nie taki jak w opisie i przez to Katarzyna musi zmienić projekt. Ale nigdy nie przyszło jej do głowy, by porzucić to zajęcie. To prawdziwa pasja. – Czasem decyduję się na dzień przerwy, wtedy zastanawiam się, jak wykorzystać czas, a w efekcie i tak igła z nitką idą w ruch – przyznaje. – Śmieję się, że mam po prostu zespół niespokojnych rąk. ◀



# Trochę o bezsensownym biegananiu



” W końcu nareszcie i my – faceci, możemy śmigać w legginsach po chodniku, nie narażając się na śmieszność. Ba! Dostajemy za to doping i zimne napoje. Kolejny metroseksualny sen spełniony. Chociaż długodystansowe biegananie bynajmniej niewiele ma wspólnego ze zniewieściałością.

Biegananie sprawia ludziom ostatnimi czasy bardzo dużo przyjemności. Podobno biega nas coraz więcej, czego nawet sprawdzać nie trzeba, bo przecież dobrze widać. Gdy samo biegananie nam się nudzi, to zaczynamy biegać jeszcze dalej, jeszcze dłużej, a gdy to nie wystarcza, dokładamy sobie przeszkody. Wyjątkowo dziwne trzeba przyznać. Na przykład na takim Men Expert Survival Race (nie ma jak chwytliwa nazwa) we Wrocławiu przez 10 km doświadcza się takich atrakcji jak: kąpiel w lodowatym kontenerze, atak rozwścieczonych Wikingów czy przeczołganianie pod drutem kolczastym w ciepłym błotku. W tej sytuacji wypada przyznać, że na całe szczęście w Białej póki co „tylko” biegamy. Tak po prostu, przed siebie, czasami jak najszybciej, czasem jak najdalej. Od kilku lat działa nawet Klub Biegacza, mamy też dużą imprezę w postaci czerwcowego Rodzinnego Pikniku Biegowego, który ma w tym roku czwartą edycję. Wydaje się nawet, że średniej wielkości miasto, które nie biega, to już dzisiaj obciach. Zresztą przy okazji największej biegowej imprezy w Białej jeździ się również na rołkach i idzie z kijkami (nordic walking). Kultura fizyczna wrosła na stałe w naszą codzienność, nikogo już nawet przesadnie nie interesuje, czy jest to faktyczna potrzeba zdrowego trybu życia, czy jedynie rodzaj lansu i pokazania się w obcistych gaciach. W końcu nareszcie i my – faceci, możemy śmigać w legginsach po chodniku, nie narażając się na śmieszność. Ba! Dostajemy za to doping i zimne napoje. Kolejny metroseksualny sen spełniony. Chociaż długodystansowe biegananie bynajmniej niewiele ma wspólnego ze zniewieściałością. Wymaga za to mnóstwo samozaparcia, ciągłego wmawiania sobie, że trzeba trzymać tempo, mimo że organizm podpowiada odpoczynek, kąpiel w jacuzzi, masaż lub po prostu dobrą kawę z pączkiem. Dwoma pączkami. Wyobrażam sobie tylko ten natłok pozytywnych myśli, które muszą obejmąć się smakiem, bo do mety pozostało ciągle za dużo kilometrów: raczej mam dobry czas, nie chce mi się patrzeć na zegarek, ale chyba jest nieźle. Jeszcze tylko trochę, może nie padnę, jak już dobiegłem tak daleko, a na mecie przecież tłumy czekają, medale, zaszczyty... Gdzie ta meta? Powinna być już widoczna. Moją pierwszą logiczną myślą na temat bieganania była kwestia nielogiczności bieganania. Właściwie to była druga, bo pierwsza sięga lat szkoły podstawowej, gdy biegananie kojarzyło się z zaliczeniem

dystansu na ocenę. Z góry zaznaczam, że nie było w tym nic z przyjemności, jaką daje po prostu biegananie dla własnej satysfakcji, rozładowania stresu czy pokonania słabości. Śmiem twierdzić, że właśnie szkolne biegananie na długie lata skutecznie zniechęciło mnie do takiej formy aktywności. Na szkołę jednak wszystkiego nie zwalajmy, bo jak już wspominałem, tak naprawdę nic nie wskazuje na to, że powinieneś wstać rano, zebrać się po pracy lub późnym wieczorem, wcisnąć w kolorowy dresik i po prostu biec. Zmuszasz się tekstami z internetu w stylu: „Nie rezygnuj z siebie”, „Nikt nie wie, ile masz w sobie siły”, „Biegananie oczyszcza umysł” i tym podobne. Mało cię do tego obchodzi fakt, że wszyscy wkoło są szczęśliwi, twierdząc, że chodzi o jakieś endorfiny. Gdy już biegniesz i zastanawiasz się, gdzie podział się twój pełny, głęboki oddech albo dlaczego nie czujesz nóg, ostatnią rzeczą, jaka przychodzi ci do głowy są mityczne endorfiny. Faktycznie, nie ma większej frajdy niż widok mety. Nie ma większej przyjemności niż radość z osiągniętego celu. Im ciężiej zapracowaliśmy, tym jej więcej. Jednak wciąż jestem przekonany, że do sięgnięcia po taką przyjemność niezbędną jest właśnie perspektywa poważnego zmagania się ze swoimi chęćiami, sprytnymi wymówkami i lepszym zajęciem. Gdy już uda się wcisnąć w nasze dobrze przylegające gacie, wyjść na zewnątrz i ruszyć przed siebie, to mamy pewność, że gdzieś jednak dobiegniemy i zawsze będzie to sukces. Nie byłbym też taki pewien, czy pomocne będzie szukanie konkretnych powodów bieganania. Tak jak ruszamy, często w męczarniach i bez logicznych pobudek, tak samo biegananie będzie największą przyjemnością, gdy wyłączymy jakiegokolwiek motywację a zaczniemy po prostu trenować. No tak, bo nie powiedziałem jeszcze, że oprócz bieganania czasami przydałoby się też coś potrenować. Coś rozciągnąć, jakiś skłonik, wymach i przysiad. W Białej na szczęście można robić to w większej grupie, razem z Klubem Biegacza (soboty, stadion AWF, od 9.30). Wiadomo że w grupie różniej, przynajmniej na początku. Jeśli nie chcesz biegananiem zrobić sobie krzywdy, to nie ma lepszego towarzystwa niż grono osób, które biega nie od dziś, a nawet nie wczoraj. Jest w tym także element motywacyjny, ot choćby jak w jednym z moich ulubionych tekstów z internetu: „Tempo nie jest istotne, to ty jesteś ważny, nie musisz się spieszyć”. Tak, to przyjemna perspektywa. ◀

# M jak...

Choć litera „m” budzi w polskich miastach i wsiach skojarzenia jednoznaczne, to kolejnym słowem po „miłości”, powodującym taki sam dreszcz emocji, jest „marketing”. Mmm... Być rzutkim menadżerem. Szychą. Takim, od którego wiele zależy. Który negocjuje. Załatwia. Ma kontakty. A pani od marketingu? Piękna. Zadbana. W szpilkach. Idealny makijaż. Petarda. Cud, miód i orzeszki. Tak sobie wyobrażają świetlaną przyszłość studenci zarządzania i marketingu. Ta wizja marketingowego świata powoduje pewnie takie same motyle w brzuchu jak pierwsze fazy zakochania. I to jest świetnie, kiedy te motyle fruują w fazach kolejnych, ale jednak na samych owadach człowiek nie przeżyje i trzeba do tej euforii dodać trochę treści. Tak samo w marketingu. Jakoś tak jest – co potwierdzają znajomi specje od marketingu – że najlepsze pomysły przychodzą jednak wtedy, gdy się te szpilki zdejmie, krawacik rozluźni. Bo marketing to bardziej myślenie niż makijaż. Ten skuteczny naturalnie. W miastach takich jak nasze działania marketingowe mają mniejszy zasięg niż w dużych, ale na pewno nie mniejsze znaczenie. Dlatego spec od marketingu to skarb. I wcale nie musi mieć brązowego dyplomu. Ostatnio przekonałam się, że różnica między tymi, co marketing mają we krwi, a tymi, którym się wydaje, że się na nim znają, jest ogromna. Niedawno w pewnym biał-

skim sklepie z asortymentem trochę droższym niż przeciętny usłyszałam rozmowę pani sprzedającej z klientką. „To jest bardzo drogie, bo to jest świetna marka. Pani w ogóle kiedykolwiek o niej słyszała?” – pytała z wyżyn swoich szpilek, typiąc dość zarozumiale spod sztucznych rzęs sprzedawczyni. Klientkę to zachowanie zdenerwowało ewidentnie, po prostu odwróciła się i wyszła. A tamta została ze swoim markowym, świetnym produktem. Niesprzedanym. Niedługo potem zajrzałam do innego sklepu. Pani ekspedientka przyjemna, z każdym rozmawia jak ze starym znajomym, ale bez natrętnej poufałości. Mam wrażenie, że potrzebuje mniej niż sekundy na rozpoznanie potrzeb klienta. Dwa dni później mijałam ten sklep, będąc w paskudnym nastroju i weszłam tylko dlatego, że pomyślałam, że ona na pewno poprawi mi humor. Tak się stało. I wracam tam. To tylko przykłady, bo takich miejsc – i jednych, i drugich – jest więcej. Marketingiem miasto stoi. Jak się umiemy sprzedać, tak będziemy mieć. Takie czasy. Ale ludzie coraz częściej chcą pasji. To, że się ma marketingowy stołek, nie wystarczy. Na szczęście epoka, gdy braliśmy wszystko, co nam wymuskał i nadęci specje od marketingu podsuwali, bo nas po prostu peszyli, mija. Chętnie wracam tam, gdzie klient jest mile widzianym gościem, a nie obiektem, który ma podziwiać samozwańczą gwiazdę marketingu. Budujące, że coraz więcej osób w Białej to rozumie. ◀



” Być rzutkim menadżerem. Szychą. Takim, od którego wiele zależy. Który negocjuje. Załatwia. Ma kontakty.

## MECENASI I SPONSORZY



Twój Tekst  
tworzenie • korekta • tłumaczenie



Zycie Białskie

PRYWATNA PRAKTYKA STOMATOLOGICZNA G. i D. MAKAREWICZ



Osoby i firmy pragnące dołączyć do grona naszych mecenasów i sponsorów lub chcących zamieścić reklamę na łamach „Przez Pryzmat”, prosimy o kontakt mailowy - [przez-pryzmat@o2.pl](mailto:przez-pryzmat@o2.pl) lub pod nr tel. 535 962 562, 668 151 967



# DOKUMENTALISTA

Z Adamem Pańczukiem, fotografem pochodzącym z Białej Podlaskiej rozmawia Edyta Tyszkiewicz.

**D**o maja w Muzeum Południowego Podlasia trwała ekspozycja dwóch prac „Karczeby”. Album o tym samym tytule odniósł ogromny sukces – m.in. został uznany za Najlepszą Książkę Fotograficzną Roku 2013 na świecie. Jak wyglądały prace nad tym projektem?

– Zaczęłam w 2005 r. Chciałam dokumentować zmiany, jakie zachodziły po wstąpieniu Polski do Unii Europejskiej. Szybko jednak zorientowałam się, że bardziej od przemian interesuje mnie człowiek, jego relacja z ziemią, poczucie przynależności do przyrody... Przez trzy lata robiłam zdjęcia reportażowe w okolicach Białej Podlaskiej, pokazując życie codzienne ich mieszkańców. Zbiegło się to w czasie ze śmiercią mojego dziadka. Na pogrzebie ksiądz, który od bardzo dawna znał naszą rodzinę, powiedział, że dziadek całe życie oswajał ziemię, by teraz do niej wrócić. Te słowa wywarły na mnie bardzo silne wrażenie. Zdałam sobie sprawę, że nie mam tak mocnych zdjęć, jak te słowa. Wtedy zacząłem się zastanawiać, jak pokazać relację z człowiekiem, by miała taką moc. Trwało to chyba z pół roku zanim zrobiłem pierwszy portret panu Ignacemu. Czasem budziłem się w nocy i już wiedziałem, jak coś sfotografować. To był bardzo naturalny proces.

**Zdobyłeś zaufanie bohaterów swoich fotografii. Trudno było namówić ich do współpracy?**

– Lubenka jest specyficznym miejscem. Jest tam teatr obrzędowy, ludzie są przyzwyczajeni do występowania przed publicznością i to pewnie ułatwiło mi pracę. Fotografując tam przez tyle miesięcy, poznałem dobrze tych ludzi, a oni poznali mnie, więc praca wyszła bardzo naturalnie. Oni w pełni mi zaufali, widzieli, że nie zrobię im krzywdy, że nie ośmieszę ich.

**A nagrody? Jaką mają dla Ciebie wartość?**

– Udowadniają, że dobrze robię, ufając intuicji. Dzięki nim czuję się pewniej z moimi kolejnymi decyzjami. Wiem, że nawet projekty, które początkowo mogą wydawać się abstrakcyjne, warte są realizacji. Poza tym nagrody i uznanie ludzi potwierdziły, że to, co robię, jest w stanie trafić do odbiorców. Że historia, którą opowiadam na zdjęciach, jest na tyle uniwersalna, że widz identyfikuje się z nią. To bardzo ważne dla każdego twórcy.

**Wiele Twoich prac było nagradzanych w kraju i na świecie.**

– Nagród było sporo, to fakt. W moim życiu był taki okres, kiedy po prostu żyłem



Fot. Natalia Wołosowicz

z nagród. Szukałem konkursów w Internecie, wysyłałem zdjęcia i odhaczałem (śmiech). Sporo ich wtedy wygrałem, ale tak naprawdę nigdy nie przełożyło się to na późniejsze oferty pracy. Na przykład, kiedy dostałem drugą nagrodę w „Newsweek’u”, myślałem, że otworzą się przede mną wszystkie drzwi. Oczywiście zacząłem niemrawą współpracę z nimi, ale nie było tego tyle, by można się było z tej pracy utrzymać.

**Wróćmy może do samego początku. Skąd w ogóle zainteresowanie fotografią?**

– Od kiedy pamiętam, miałem w głowie myśli, które chciałem zwiualizować. Szukając możliwości wyrażenia siebie, w jakiś naturalny sposób wybrałem fotografię. Wydała

mi się ona najbardziej odpowiednia. Pierwsze moje zdjęcia były kreatywne. Dopiero później pojawiły się zdjęcia reportersko-dokumentalne. Do tej pory najbardziej interesują mnie zdjęcia reportażowe. „Karczeby” czy „Aktorzy” były takimi projektami, które łączyły fotografię kreatywną z dokumentalną. I takie połączenie, gdzie fotografia dokumentalna nie uzurpuje sobie prawa do prawdomówności, do mówienia, że tak jest, najbardziej mi odpowiada.

**Opowiedz w takim razie, jak zaczęła się Twoja praca fotoreportera?**

– Wpadłem na ten pomysł z kolegą. Ja robiłem zdjęcia, a on pisał. Pomyśleliśmy, że możemy być takim tandemem reporter-

skim. Tak też narodził się pomysł wyjazdów reporterskich. Szukając pomysłów na podróże, przeglądaliśmy polską prasę. Interesowały nas rzeczy aktualne, a jednocześnie takie, których jeszcze nie publikowano. Część się sprzedawała, część nie. Na przykład w 2003 r. byliśmy w Iranie, gdzie zrobiliśmy materiał o młodych Irańczykach. Wiedzieliśmy, że lutym 2004 r. będą tam wybory parlamentarne. To był dobry pretekst, by taki reportaż zaproponować redakcji. Tamten materiał opublikowała później „Polityka”.

**Talent to jedno, ale żeby osiągnąć tak wiele, na pewno musiałeś włożyć w to sporo pracy...**

– Tak, to naturalne. Uczyłem się, oglądając całą masę zdjęć, analizowałem je, zastanawiałem się, dlaczego fotograf zrobił je w takim, a nie innym momencie, po co w ogóle było zrobione zdjęcie. Impulsem do tych studiów nad zdjęciami były słowa fotoredaktora z magazynu „Rzeczpospolitej”.

**Co Ci powiedział?**

– To było na początku mojej drogi fotograficznej. Pojechałem do Izraela robić zdjęcia. Jeszcze wtedy nie miałem pojęcia, co jest ważne i co tak naprawdę chcę opowiedzieć. Po powrocie przedstawiłem efekty swojej pracy w redakcji „Rzeczpospolitej”. Edytor, który je oglądał, powiedział, że te zdjęcia nie są ani dobre, ani złe. Wtedy postanowi-

łem, że jeśli mam być fotoreporterem, to nie chcę już więcej słyszeć takich słów. I wziąłem się do roboty.

**I potem był kolejny wyjazd...**

– I pewnego rodzaju egzamin. Przez ten rok nauki przygotowywałem się do wyjazdu do Indii. Wiedziałem, że albo nauczę się robić bardzo dobre zdjęcia, albo nie będę robił ich wcale. Okazało się, że dałem radę. Poczułem się jak fotograf, potrafiłem odpowiedzieć sobie na pytanie, o czym jest zdjęcie, które robię. Wiedziałem, co jest istotne w danym momencie. Potwierdzeniem tego, była nagroda „Decydujący moment” w konkursie zorganizowanym przez Fotofestiwal w Łodzi.

**Co jest ważne w pracy fotoreportera?**

– Człowiek. Jego historia. Ważne jest też to, by nikogo nie oceniać, bo to nie jest moja rola. To jest świat ludzi, których fotografuję, ja jestem tylko obserwatorem i szanuję ich racje. Zdarza się oczywiście, że odnoszę się do tego, co widzę, ale mimo to staram się nie oceniać.

**Fotografowałeś mnichów i prostytutki. Rikszarzy i nielegalnych emigrantów. Kogo teraz?**

– W najbliższym czasie będę wyjeżdżał do byłych republik nadbałtyckich. Mam konkretną historię, którą chciałbym opowiedzieć, ale jest jeszcze za wcześnie, żeby o tym mówić.

**Pracujesz jako wolny strzelec i jako wykładowca na Akademii Fotografii. Założyłeś rodzinę, masz dziecko. Jak znajdujesz czas na podróże fotograficzne?**

– Ułożyliśmy sobie z narzeczoną taki model życia, który nam odpowiada i jest w nim miejsce i na moją pracę, i na wyjazdy, i na rodzinę. Od wielu lat jestem w stowarzyszeniu Sputnik Photos, z którym realizujemy różne projekty na całym świecie. Obecnie pracujemy nad projektem „Stracone terytoria”. Jeździmy po byłych republikach radzieckich i te wyjazdy trwają dwa-trzy tygodnie. Potem wracam do domu i wtedy większość czasu poświęcam rodzinie.

**Pochodzisz z Białej Podlaskiej, mieszkasz w Warszawie, jakiś czas temu studiowałeś i pracowałeś w Poznaniu, podróżujesz po świecie. Czy odnalazłeś już swoje miejsce na ziemi, czy nadal szukasz?**

– Faktycznie, podróżując szukałem kiedyś miejsca, w którym mógłbym mieszkać, ale szybko zrozumiałem, że ono jest w Polsce. Cieszę się, że charakter mojej pracy pozwala mi żyć tu, gdzie czuję się najlepiej, a jednocześnie zwiedzać cały świat. ◀



# Kajakiem po Krznie

## – raz jeszcze o Kayak Days



Pomysł patronatu medialnego nad imprezą organizowaną przez Studenckie Koło Naukowe Turystyki i Rekreacji był spontaniczny. Nikt się długo nie zastanawiał. Ale możemy stwierdzić, że jesteśmy z niego dumni, bo takie właśnie przedsięwzięcia stanowią o wizerunku miasta.

Wydarzenie nie miało wprawdzie masowego charakteru, niemniej jednak organizatorom należą się gratulacje, bo to bardzo interesująca alternatywa dla imprez, na których króluje kiełbasa z grilla i piwo. Gościem specjalnym był Aleksander Doba. Nie będziemy po raz setny przypominać, kim jest. Dał dowód, że gość specjalny wcale nie musi być od razu gwiazdą. Pływanie po Krznie i Bugu wydawało się sprawiać mu taką samą radość, jak wyprawa przez ocean. Do określenia „podróżnik” należy dodać jeszcze „gawędziarz” i „dusza towarzystwa”. Zapytany o to, czy nie brakowało mu towarzysza wyprawy, odpowiedział, że owszem, ale chciał być partnerem, nie niańką, a to okazało się trudne. Kajakarstwo to wcale nie jedyny sport, jaki uprawia. Uwielbia latanie. Obszerny wywiad z Dobą opublikujemy wkrótce na profilu na fb.

Słowa uznania należą się Joasi Lenart, duszy koła naukowego, która o Kayak Days mówi: – Organizacja AWF Kayak Days jest świetną okazją do sprawdzenia naszych umiejętności organizacyjnych, a prowadzenie strony wydarzenia, zaangażowanie w promocję imprezy czy nawiązywanie kontaktów z potencjalnymi partnerami to jednak ciężka i wymagająca dużego nakładu energii praca. Nic nie robi się samo, a organizacja dużego przedsięwzięcia wymaga zaangażowania wielu osób. Praca w kole wymaga od nas zdyscyplinowania, kreatywności, często także pracy typowo papierkowej, bo przecież każdy projekt poprzedzony jest długimi przygotowaniem. Trzeba chcieć i umieć wykorzystać możliwości, jakie daje nam taka działalność.

Tak samo jak dusza, ważne jest serce, i przyznajemy tę rolę dr. Krzysztofowi Piechowi, opiekunowi koła. – Mogę powiedzieć, że często to studenci z koła wywołują mnie do odpowiedzi. To ich pomysły i chęć działania inspirują mnie bardzo do pracy. Na uczelni jest wiele osób, które nie ograniczają się jedynie do chodzenia na zajęcia, ale wiedzą, że żeby w przyszłości funkcjonować w wybranym przez siebie zawodzie trzeba być kreatywnym, aktywnym na wielu różnych polach i potrafić współpracować w grupie – podkreśla.

Wykłady, relacje i pogadanki, pokazy i wreszcie spływ kajakowy, goście (jak instruktorzy kajakarstwa górskiego Retendo) – wszystko sprawiło, że Kayak Days było imprezą świetną i inspirującą. I mamy nadzieję, że za rok też będziemy mogli w niej uczestniczyć. ◀

Tu nie zjecie tatarską, krwistego steka ani choćby mielonego. No chyba że takiego z kaszy albo roślin strączkowych. Bo w karcie Karmy są tylko potrawy roślinne. – To nie moda. To sposób na zdrowe życie i osiągnięcie równowagi – twierdzi właścicielka pierwszej w Białej Podlaskiej restauracji wegańskiej. No dobrze – niech będzie restauracyjki, bo to lokal niewielki, za to przytulny i klimatyczny. Jest spełnieniem marzeń Karoliny Siejki, której nie zależy na indoktrynacji mięsożerców, a na pokazaniu białczanom, że kuchnia roślinna jest smaczna i różnorodna.



Katarzyna Fronc  
fot. Natalia Wołosowicz

Z pasji do gotowania połączonej z wcielaniem w życie filozofii wegańskiej powstała na pl. Szkolny Dwór restauracja Karoliny Siejki. Ona sama przekonuje, że weganizm to styl życia. – Nie chodzi tu tylko o wyeliminowanie z diety mięsa i produktów pochodzenia zwierzęcego, ale też o poszanowanie praw zwierząt czy nawyki konsumpcyjne – mówi świeżo upieczona restauratorka. Swoją reklamę przy pomocy tekturowych ulotek z recyklingu. – Chciałam, żeby to wszystko było spójne – podkreśla Karolina.

### Biznes jak marzenie

Pomysł kiełkował dość długo w głowie Karoliny, zanim trafił na podatny grunt. W końcu białczanka odważyła się wcielić go w życie. Tym bardziej że na horyzoncie pojawiła się perspektywa uzyskania dotacji na rozpoczęcie działalności gospodarczej. – Restaurację otworzyłam dzięki dofinansowaniu z Fundacji Uniwersytetu Marii Curie-Skłodowskiej w ramach projektu „Inicjatywa jest kobietą”. Dzięki temu mogłam kupić większość sprzętów do kuchni – przyznaje Karolina. – Zdawałam sobie sprawę, że coraz więcej osób wokół przechodzi na wegetarianizm czy weganizm, choćby po zainteresowaniu naszą Białą Kuchnią Społeczną. Poza tym zauważyłam, że w całej Polsce wiele restauracji czy nawet niewielkich knajpek wprowadza do karty dania roślinne – wyjaśnia. Postanowiła zaryzykować takie menu w Białej Podlaskiej. Po pierwszym miesiącu funkcjonowania Karmy – bo taką nazwę nosi knajpka Karoliny – można mówić, że pomysł wypalił. – Odkąd pamiętam, prowadzenie takiego lokalu było moim marzeniem – zdradza, dodając jednak, że nie spodziewała się, że będzie to tak bardzo absorbujący i wymagający biznes. – Spędzam w Karmie więcej czasu niż w domu, no ale chciałam, to mam – śmieje

# Taka Karma

się Karolina. Pracuje po kilkanaście godzin, nie tylko planując inne na każdy dzień menu, ale również gotując, zmywając i robiąc zaopatrzenie. Ma co prawda pomoc w kuchni, ale – jak się szybko okazało – to i tak za mało. – Białczanie najwyraźniej nas i naszą kuchnię polubili, bo na brak klientów nie narzekamy – cieszy się właścicielka Karmy.

### Celebrować nowe smaki

Karolina pojawia się w swoim lokalu dobrych parę godzin przed otwarciem. Chce wszystko zaplanować, wszystkiego dopilnować. Ma być idealnie. – Parzymy kawę z dziewczynami i planujemy menu na dany dzień. Na spokojnie. Bez pośpiechu, bez spinki. Mamy co prawda stałe dania, ale oprócz nich codziennie chcemy serwować coś innego. Zależy nam, żeby pokazać naszym gościom, jak różnorodna jest kuchnia wegańska. Naprawdę nie składa się tylko sałaty, a wegetarianie czy weganie to nie króliki, jak często się nas określa – zapewnia. I faktycznie Karma zaskakuje kulinarnymi pomysłami. – Dziś na przykład mamy potrawkę meksykańską chili z gorzką czekoladą – uśmiecha się tajemniczo Karolina. – Chcemy przemycać nietypowe połączenia smakowe. Pozytywnie zaskakiwać.

Zanim zaczęła zawodowo serwować dania innym, swoje horyzonty kulinarne poszerzała w domu, gotując dla znajomych, którzy jak ona lubią próbować nowych smaków. – Ale nie tylko o nie chodzi, ale o celebrowanie jedzenia w dobrym towarzystwie, przyjemnym wnętrzu – podkreśla. Takie chciała stworzyć w swojej knajpce. Nic wyszukanego, a jednak z charakterem. Proste stoły i krzesła. Na ścianach zdjęcia warzyw, a na parapecie i półkach świeże zioła. – Tak miało być. Miało być prosto, schludnie, ale przytulnie. I chyba nam się udało – mówi zadowolona gospodyni tego miejsca.

### Nie tylko w Karmie

Jak przystało na prawdziwą pasjonatkę kuchni wege, Karolina stara się przekonać do niej innych – ale nie nachalnie, nie fanatycznie. Stąd m.in. włączenie się w obchody Ogólnopolskiego Tygodnia Wegetarianizmu, jakie w Białej Podlaskiej zorganizowała w maju Białka Inicjatywa na rzecz Wyzwolenia Zwierząt. Podczas warsztatów kulinarnych Karolina i gotujące z nią w Karmie dziewczyny propagowały wśród białczan zdrowe nawyki żywieniowe, przybliżając ideę wegetarianizmu i weganizmu. Wyszły też w plener i w parku Radziwiłłowskim pokazywały, które dzikorosnące rośliny można wykorzystywać w kuchni. Karolina zaszczepiła zamiłowanie do wegetarianizmu najpierw u swoich najbliższych. – Pochodzę z mięsożernej rodziny, ale od kiedy, gdy przygotowałam carpaccio z buraka i pasty, mama nie wyobraża sobie bez tych dań żadnej rodzinnej imprezy. Teraz to jej dania popiśowe – śmieje się.

Karolina nie ukrywa, że dopiero się rozkręca. Ma mnóstwo pomysłów. Oprócz prowadzenia restauracji myśli o organizacji warsztatów kulinarnych i obsłudze wesel. Karolina ma już pierwsze zamówienia na przygotowanie stołów z potrawami wegetariańskimi i wegańskimi. – Ciągłe się uczymy, coś ulepszamy, modyfikujemy... Bardziej idziemy też w kierunku kuchni wegańskiej – wyjaśnia. Poza tym zależy jej, by znaleźć lokalnych dostawców warzyw i owoców: – Bardzo ważna jest dla nas jakość. Chcemy, żeby to było miejsce ze smacznym jedzeniem i dobrą karmą. ◀



# Kameleon, nie dziewczyna

Edyta Tyszkiewicz  
fot. archiwum



**Szuka własnej drogi. I nie boi się snuć wielkich planów na przyszłość ani marzyć o podboju świata mody. Jednocześnie jest przywiązana do swoich korzeni. Magdalena Panasiuk od trzech lat pracuje jako modelka i odnosi coraz większe sukcesy.**

**T**a delikatna i drobna blondynka ma już spore doświadczenie w wymagającym świecie mody. Jej subtelną urodę i umiejętność przeistaczania się ze słodkiej dziewczynki w kobietę romantyczną, seksowną czy zwariowaną doceniły takie magazyny mody jak „Shutter”, „Avanti”, „Helical”. Młodziutka białczanka była też twarzą kalendarza JOOST dla fundacji „Podziel się sercem” i współpracowała z najlepszymi projektantami w Polsce, bo udział w tej akcji wzięli m.in. Joanna Klimas, Ewa Minge, Łukasz Jemioł, Bohoboco, Teresa Rosati, Izabela Łapińska i wielu innych. Dziś, choć zrobiła sobie przerwę w pracy modelki, wciąż jest pod opieką agencji Specto Models.

#### Gdyby nie mama...

Magda wspomina, że początkowo pozowaniem zajmowała się amatorsko, bardziej dla zabawy, ale w końcu mama postawiła jej ultimatum. – Powiedziała, żebym zdecydowała, czy chcę zająć się modelingiem na poważnie i poświęcić się temu, a jeśli nie, to powinnam całkowicie skupić się na szkole – opowiada Magda. Co postanowiła? Spróbować, bo wyobrażała sobie, że będzie to niesamowita przygoda. Jednak szybko

okazało się, że modeling to głównie spory stres i dużo pracy. Na początku od profesjonalistów często słyszała słowa krytyki, więc bywały chwile, kiedy chciała zrezygnować. – Poza tym to wszystko było bardzo kosztowne. Często musiałyśmy jeździć z mamą na castingi do Warszawy. Myślę, że niewiele osób zdaje sobie sprawę, że na początku ponosi się spore koszty – wyjaśnia. Na szczęście mama zawsze była przy Magdzie i wspierała ją nie tylko finansowo. Podtrzymywała na duchu i dopingowała. Tłumaczyła, że w życiu nie ma nic za darmo. Dziewczyna podkreśla, że to właśnie mamie i rodzeństwu zawdzięcza to, jaka jest, jaki ma charakter i to, co już osiągnęła. – Lubię podróżować, poznawać nowych ludzi, ale tak naprawdę jestem domatorką. Najprzyjemniej spędzam czas właśnie w domu. Tu odpoczywam i nie jestem modelką, tylko po prostu Magdą – zapewnia.

#### Azja na początek

Dziewiętnastolatka przyznaje, że trochę trwało, zanim nabrała doświadczenia i pokonała swoją nieśmiałość. – I w końcu ktoś mnie zauważył – śmieje się licealistka. Świadomość samej siebie zaowocowała współ-

pracą ze znanymi projektantami, wieloma sesjami zdjęciowymi i zagranicznymi wyjazdami. – Na swój pierwszy kontrakt wyjechałam, kiedy miałam szesnaście lat. To był wyjazd do Seulu. Bardzo się cieszyłam i stresowałam jednocześnie. Wiadomo – dwa miesiące w obcym miejscu, z dala od rodziny... W dodatku wyjechałam jeszcze przed świętami Bożego Narodzenia, które musiałam spędzić sama – opowiada białczanka. Choć przyznaje, że ten wyjazd nie był dla niej łatwy, to dobrze go wspomina. Wiele się wtedy nauczyła, nabrała doświadczenia, m.in. dlatego, że mogła pracować z najlepszymi fotografami i stylistami. Jej zdjęcia były w wielu tamtejszych magazynach mody, a jej twarz pojawiła się nawet na okładce jednego z nich. To właśnie sesję do magazynu wspomina najprzyjemniej: – Pofarbowali mi wtedy włosy na białe. W ogóle cała stylizacja była niesamowita, mroczna, miałam na sobie bardzo drogą biżuterię i pierwszy raz pracowałam z takimi profesjonalistami. To było coś wspaniałego. Magda z Seulu i Tokio przywozila nie tylko ogromne doświadczenie, ale również... wegetarianizm.

#### Nie tylko na liściu sałaty

Magda podkreśla, że chciałaby obalić mit, że modelki żyją tylko „na liściu sałaty”, chociaż równocześnie przyznaje, że w początkach swojej kariery bardzo przejmowała się dietą. – Wciąż słyszałam, że za dużo ważę

– tłumaczy. Liczyła kalorie, przesadnie uważała na to, co je. W końcu jednak miała dość katowania się. Podczas ostatniego kontraktu w Korei postanowiła przejść na wegetarianizm. – Od tamtego czasu dałam sobie spokój z dietami. Przeszłam pilnować wagi i okazuje się, że bez problemów utrzymuję ją w ryzach. Modelki to naprawdę fajne, normalne dziewczyny, które chcą też normalnie jeść – zapewnia Magda. Przekonuje też, że w tym zawodzie liczy się nie tylko wygląd. Uważa, że modeling to tylko przygoda, a bez wykształcenia, bez osobowości może trwać krótko. Właśnie dlatego Magda zrobiła sobie roczną przerwę w pracy, chociaż cały czas trwa jej współpraca z agencją. W maju białczanka zdawała maturę i to jest dla niej najważniejsze. Jej agencja czeka na nią, bo dobrze to rozumie. Już szykuje Magdzie nowe kontrakty, by wypuścić ją na głębszą wodę, czyli na rynek europejski i amerykański. – Najpierw matura, ale później z kolei zrobię sobie przynajmniej roczną przerwę w nauce – śmieje się dziewczyna. – Bycie modelką to ogromna frajda. Można oglądać siebie w różnych odsłonach, widzieć swoje różne twarze, dlatego studia muszą trochę poczekać. Chcę na razie spełniać marzenia, między innymi te o poznawaniu świata, a praca modelki właśnie to mi umożliwia – wyjaśnia Magda. Planując przerwę, myśli jednak o studiach. Marzy się jej charakterystyka. – Zobaczymy, jak będzie – mówi. – Myślę, że wszystko jeszcze przede mną. ◀





Małgorzata Brodowska, Fot. Natalia Wołosowicz

# Nie tylko sztuka walki

**Taekwondo jest dla nich odskocznią od monotonnej codzienności, sposobem na poprawę kondycji i naukę technik samoobrony. Dzieci i młodzież z białskiego Międzyszkolnego Klubu Sportowego Żak zgodnie podkreślają, że w tej sztuce walki odnaleźli to, co jest im w życiu potrzebne: pasję, wiarę we własne możliwości, rywalizację, a przede wszystkim zawarli trwałe przyjaźnie.**

**T**aekwondo często kojarzy się z karate, jednak to całkowicie odmienna sztuka walki. Różni się tym, że techniki ataku i obrony taekwondo były weryfikowane naukowo, a więc przeszły badania biomechaniczne, psychologiczne i fizjologiczne. – Ten sport, oprócz wycwiczenia ciała, ma walory wychowawcze, uczy poszanowania drugiego człowieka, moralnego postępowania i kontroli agresji w ekstremalnych sytuacjach. Naczelną zasadą taekwondo jest kontrola ciała przez zdyscyplinowany umysł. Rolą tej sztuki walki od początku doceniał rolę rywalizacji sportowej – mówi Zbigniew Bujak, trener sekcji taekwondo w MKS Żak. Szkoleniowcem drugiej sekcji jest Zbigniew Kapela. Obaj mają pod swoją opieką po trzy grupy wiekowe. Starsi trenują trzy razy w tygodniu, zaś młodszy dwa razy. Dwa razy do roku organizowane są też obozy wyjazdowe. Taekwondo mogą uczyć się wszyscy, bez względu na poziom sprawności fizycznej, choć nie każdy osiągnie poziom sportowy. – W trakcie procesu treningowego okazuje się, kto nadaje się do sportu, a kto ćwiczy tylko dla siebie. Najzdolniejsi i najbardziej pracowici osiągają znaczące wyniki sportowe. Dla pozostałych jest to szeroko pojęta aktywność fizyczna, poprawiająca sprawność motoryczną, wdrażająca do samodyscypliny. Wszyscy uczą się podstaw samoobrony. Samoobrona w taekwondo to nie tylko umiejętność walki wręcz, ale przede wszystkim rozwiązywanie trudnych sytuacji – tłumaczy trener. Z kolei Zbigniew Kapela podkreśla, że taekwondo może być sposobem na

życie. – Pozwala rozładować wszelkie napięcia dnia codziennego. Na treningu zostawiamy za sobą problemy i kłopoty, skupiając się na pracy nad samym sobą – mówi. Podkreśla również, że mimo iż taekwondo jest sportem kontaktowym, uczy szacunku dla przeciwnika oraz uniwersalnych zasad mających zastosowanie w naszym codziennym życiu.

## Same plusy

– Pierwszy raz przyszłam na trening, jak miałam 8 lat. To był pomysł na spędzenie wolnego czasu. Wtedy chyba jednak nie doceniłam tego sportu, bo przerwałam treningi. Wróciłam do nich pięć lat temu i nie żałuję. Poznałam mnóstwo wspaniałych ludzi, nawiązałam przyjaźnie, mam poczucie, że robię coś dla siebie. Coś co jest fajne i pozytywne – przyznaje Michalina Lewczuk, 15-latką z zielonym pasem. Jej rówieśnica Magda Kowalska trenuje od trzech lat. Docenia ogólnorozwojowy aspekt tej sztuki walki. – Systematyczny trening poprawia ogólne samopoczucie i prowadzi do równowagi psychicznej. Kształtuje nie tylko siłę fizyczną, ale też gibkość ciała – mówi, wyliczając plusem tej dyscypliny: – Przez to, że ćwiczymy boso zapobiegamy płaskostopiu. Poprawiamy pracę serca, krążenie krwi, ogólną kondycję. Wzmacniamy również odporność psychiczną na stres, co pozwala na zachowanie zimnej krwi w trudnych sytuacjach. Z kolei 13-letniej Wiktorii Gierczuk podoba się nauka samoobrony. Podkreśla, że dzięki

ćwiczeniom jest nie tylko silniejsza, ale zna techniki obrony, a to wpływa na jej poczucie bezpieczeństwa.

## Dla samoobrony

10-letni Illia Babyc trenuje 3 lata. Wcześniej chodził na karate, ale taekwondo bardziej mu odpowiada. – Tu mogę szybciej nauczyć się samoobrony – zaznacza. Podobną motywacją kierują się Daniel Godziuk i Aleksander Oleksiuk. Podobają im techniki ataku i obrony oraz umiejętność ich zastosowania. – Poza tym można na treningach można spotkać się z kolegami i jest to coś zupełnie innego niż piłka – dodaje Daniel. Dla nauki samoobrony trenują też najmłodszy w tej grupie Michał Dziecioł, Kacper Górski i Konrad Gzesczuk, którzy uczęszczają na zajęcia od dwóch lat. Starsi, jak 17-letnia Diana Baseraba, podkreślają, że taekwondo uczy nie tylko samoobrony czy – jak wielu uważa – ataku. To sztuka walki posiadająca techniki i zasady, które nie są łatwe. – Taekwondo nie uczy, jak pobić kogoś na ulicy, lecz jak skutecznie bronić się w sytuacji, która będzie tego wymagała – mówi 23-letni Łukasz Ostapiuk, jeden z najstarszych zawodników. Jego przygoda z taekwondo zaczęła się w podstawówce. Najpierw była ciekawość, a z czasem ten sport stał się jego pasją. Od lat jeździ na zawody ogólnopolskie, zdobywa medale, także złote. Jest posiadaczem najwyższego stopnia taekwondo, czyli czarnego pasa oraz trzeciego dana.

## Hart ducha

– Trenując, nie tylko poprawiamy kondycję czy nabieramy nowych umiejętności, ale także hartujemy ducha, uczymy się wytrwałości, silnej woli i cierpliwości. Taekwondo kształtuje charakter – tłumaczy Magda Mieszczyk. Na zajęcia przyprowadzili ją rodzice, gdy miała 7 lat. – Uważali, że mam nadmiar energii i trzeba coś z nią zrobić – śmieje się dziewczyna. Tak jej się spodobało, że trenuje już piętnasty rok i nie zamierza z tego rezygnować. Młodzież nie ukrywa, że motywacją do ciężkich treningów są zdobywane na zawodach medale i puchary. – To zachęca do dalszej pracy nad sobą – zapewnia 18-letnia Emilka Pieńko. Podkreśla też, że taekwondo przede wszystkim kształtuje światopogląd, uczy pokory. – Człowiek przestaje patrzeć na innych

z góry. To nie tylko sport, ale i styl życia. W grupie nawiązują się też przyjaźnie, wszyscy dopingują się nawzajem na zawodach i na egzaminach. Można też liczyć na wsparcie kolegów i koleżanek poza salą treningową, w zwykłym życiu – mówi. Jej o rok młodsza koleżanka ma podobne odczucia, jeśli chodzi o atmosferę. – Przychodzi się tu jak do rodziny – zapewnia Partycja Gołb. Zuzanna Kapela jest córką trenera. Zaczęła ćwiczyć zachęcona przez tatę. Później przedzieliła się to w pasję. – Poznałam bliżej tę sztukę walki i nie zamieniłabym jej na inną – zapewnia.

## Trening czyni mistrza

Uczniowie u swoim trenerze mówią, że to mądry człowiek. Wymagający, zwraca uwagę na szczegóły, zajmuje się każdą osobą.

On z kolei cieszy się z osiągnięć swoich uczniów. – Nie tylko dlatego, że wygrywają zawody, ale przede wszystkim z powodu ich wytrwałości – wyjaśnia Zbigniew Bujak. Jako trener pracuje od 1984 r. Wyszkolił wielu wicemistrzów świata, mistrzów Europy i Polski. Ponad stu jego uczniów posiada poziom czarnego pasa, w tym dwa siódme dany. – W taekwondo jest sześć kolorów pasów odzwierciedlających poziom zaawansowania: biały, żółty, zielony, niebieski, czerwony i czarny. Co pół roku zdaje się egzamin na kolejne poziomy zaawansowania – tłumaczy trener.

Zapisy do sekcji taekwondo odbywają się raz w roku we wrześniu. Jak podkreśla Bujak, zapisać się może każdy chętny. Jeśli nie dla wyników sportowych, to dla siebie, aby nauczyć się technik samoobrony. ◀





Z Anną Chwałek, prezes Stowarzyszenia Pomocy Młodzieży i Dzieciom Autystycznym oraz Młodzieży i Dzieciom o Pokrewnych Zaburzeniach Wspólny Świat, mamą chłopca z autyzmem, rozmawia Justyna Kirczuk.

# Po pierwsze matka

Na zewnątrz bardzo dzielna, zadbana, uśmiechnięta. Kiedy potrzebuje pomocy, umie się już do tego przyznać. Potrafi też nieść ją innym – dzieciom niepełnosprawnym i ich rodzicom. W tym celu założyła stowarzyszenie Wspólny Świat oraz pracuje nad budową Centrum Pomocy Osobom z Autyzmem. Anna Chwałek, przede wszystkim spełniona kobieta, żona i matka piętnastoletnich bliźniaków, z których jedno cierpi na autyzm. W rozmowie podkreśla, że mimo trudności związanych z chorobą syna, lubi swoje życie. Opowiada o pasjach, marzeniu i zachęca inne matki do walki o siebie.



## Jak radziła sobie pani z diagnozą syna?

W psychologii jest na to nazwa – żałoba. Polega na opłakaniu umierania wizji naszego dziecka. W momencie stawianej diagnozy autyzmu przedstawiono mi realną wizję przyszłości, czyli wielką niewiadomą. Nie wiedziałam, czy moje dziecko będzie w stanie kiedyś samodzielnie funkcjonować czy zawsze już będzie zdane na nas, na rodziców. Proces opłakiwania u każdego wygląda inaczej. Ja oczywiście też przez to przechodziłam. Definicja mówi, że gdy przestajemy płakać, a zaczynamy działać to oznacza, że zakończył się okres żałoby.

## Czy to nie jest oby tylko definicja?

Rzeczywiście. Ten proces cały czas trwa. Autyzm jest taką chorobą, która zmienia swoje oblicze wraz z wiekiem dziecka. Gdy uporamy się z jednym problemem, pojawiają się kolejne. A wraz z nimi powracają momenty kryzysowe, w których coś opłakujemy. To są wzloty i upadki, które trwają przez całe życie. Jest to faza, którą jednak trzeba przejść, aby pójść krok dalej i zacząć swojemu dziecku realnie pomagać.

## Pierwszy krok da się zrobić samemu?

Rodzina powinna zostać otoczona wsparciem, choć jest o to bardzo trudno. Zazwyczaj wszyscy koncentrują się od razu na pomocy dziecku, a potrzebują jej zarówno matka, jak i ojciec. Kobiety mają inną strukturę, wygadają się, wypłaczą koleżance, a mężczyzna nie do końca nawet potrafi się przyznać, że tej pomocy potrzebuje. Czasem możemy liczyć na wsparcie najbliższej rodziny, ale bywa, że jest ono krótkotrwałe, na zasadzie pewnej sensacji, która się pojawia w rodzinie. Później musimy już sami sobie radzić. Mamy oczekiwania wobec innych, że powinni wiedzieć o naszej sytuacji, domyśleć się, że potrzebujemy ich pomocy. My, matki, jesteśmy zmęczone, wyczerpane, znerwicowane, mamy już dosyć i przechodzimy kryzys, a tak naprawdę nikt o tym nie wie. Trzeba mówić wprost, że musimy popłakać albo po prostu zostawić z kimś dziecko i wyjść z domu.

## Widzi pani jakies jasne punkty w chorobie syna?

Kuba jest niewerbalny, ale potrafi powiedzieć „mama”. Usłyszałam to słowo, gdy miał osiem lat. Powiedział je, świadomie

patrząc mi w oczy. To było bardzo wzruszające dla mnie samej, ale i terapeutów, którzy przy tym byli. Potrafi też pokazać gest mówiący „kocham cię”, krzyżując ręce na piersiach. Długo się na to czeka i długo pamięta. To momenty, które pozwalają zapomnieć o tym, co jest trudne i ciężkie. Obecnie u syna najbardziej zaskakuje mnie to, że potrafi czasem zademonstrować pewne umiejętności, o które bym go nigdy nie podejrzewała. Nie wierzyłam w to, że nauczy się pływać, a po kilku latach pracy z terapeutami Kuba świetnie pływa i nurkuje. Z wielkim zdziwieniem patrzyłam też na chore dzieci, które uczyły się jazdy na nartach. Oczywiście większy nacisk kładziemy na zdobycie przez nie podstawowych umiejętności, które pozwolą na większą samodzielność, ale te osiągnięcia, o których mówię, pokazują, że nasze dzieci naprawdę dużo potrafią. Niestety autyzm jest taką niepełnosprawnością, która daje wybiórcze zdolności. W pewnych sferach dzieci są wyjątkowe, w innych mocno kuleją.

## Czy jest coś, na co jeszcze pani czeka?

Nie umiem żyć z dnia na dzień. Muszę przewidywać wszelkie trudności, które mogą się pojawić, by je wyprzedzić i im zapobiec. Za bardzo boję się bezradności, momentu, w którym stanę i nie będę wiedziała, co dalej. Dziś cieszę się, że udało mi się stworzyć miejsce, do którego moje dziecko codziennie rano idzie z uśmiechem, jest otoczone specjalistami i rówieśnikami. Nie jest skazane na wegetację w domu. Cały czas liczę, że Kuba nabyte umiejętności, które pomogą mu być bardziej samodzielnym w życiu i mniej zależnym od innych. Na to kładę największy nacisk i to są sukcesy, na które najbardziej czekam.

## Kuba ma siostrę bliźniaczkę. Jak radzi pani sobie z dzieleniem czasu pomiędzy dzieci, gdy wiadomo, że osoba chora potrzebuje dużo więcej uwagi?

Nie ma co zaprzeczać temu, że rodzeństwo

dzieci niepełnosprawnych jest w jakiś sposób pokrzywdzone. Mogę na głowie stawać, wymyślać cuda, ale moja córka zawsze będzie miała poczucie krzywdy, że więcej czasu poświęcam jej bratu. Podejrzewam, że jest tak we wszystkich rodzinach, gdzie jest dziecko niepełnosprawne. Po prostu takie jest życie. Staram się, by Weronika nie odczuwała tego tak bardzo, ale rzeczywistość sytuacja w rodzinie wymusiła na niej wcześniejsze dorastanie. Więcej od niej wymagałam, traktowałam jako tą starszą, mimo że są z bratem równolatkami. Ale zawsze wydawało mi się, że Kuba jeszcze czegoś nie musi robić, a Weronika już powinna. Nie da się być idealną matką. Chociaż taka sytuacja na pewno też wzbogaca życie mojej córki. Ma inne patrzenie na świat. Przychodzi do naszego ośrodka z grupą koleżanek na wolonariat, jeździ z nami na turnusy rehabilitacyjne. Żyje po prostu w naszym świecie.

## Jak opisałyby pani swoje życie?

Buntuję się, gdy słyszę, że mam ciężki kryzys do niesienia. Lubię swoje życie. Na pewno łatwe ono nie jest. Żyję na bardzo wysokim poziomie stresu, organizm z czasem się do tego adaptuje. Mój mąż twierdzi, że bez tej adrenaliny pewnie bym nie funkcjonowała. Lubię tworzyć ciągle coś nowego. To rodzi się w bólu, ale taki jest mój sens życia – robić coś dla swojego dziecka i innych chorych. Ograniczam swój czas wolny, by jak najmniej rozmyślać o przyszłości syna. Idąc w kierunku działania, intensywnej pracy, uciekam przed możliwością pogrążania się w czarnowidztwie.

## Czy znajduje pani czas na realizowanie swoich pasji?

Kończę drugi rok psychologii klinicznej. Realizuję w ten sposób swoje marzenia, łącząc je z pracą. Studia są dla mnie odskocznią. Mimo że nadal poruszam się w temacie autyzmu, to jednak wyjeżdżam z Białej i wchodzę w inne środowisko. Mam też działkę nad Bugiem w pięknym miej-

scu. Uwielbiam chodzić po lesie ze swoimi dziećmi albo siedzieć z nimi nad rzeką. Tam regeneruję siły.

## A marzenia?

Mam jedno. Żeby udało się wybudować Centrum Pomocy Osobom z Autyzmem. Z przerażeniem patrzę na to, że moje dziecko rośnie i czuję ogromną presję czasu. Bo mimo tego, że udało mi się założyć szkołę podstawową, to wiem, że Kuba za chwilę dorośnie do gimnazjum. Potrzebuję poczucia zapewnienia mojemu synowi i innym chorym kolejnemu miejscu, w którym będą mogli żyć. Jesteśmy ciągle na etapie projektów, szukamy źródeł finansowania. Rozdzwiają się do nas telefony z Polski z pytaniami, czy już zapisujemy do naszego centrum, czy mamy jeszcze wolne miejsca dla dorosłych osób. Mam świadomość, że kiedy ono powstanie, nie zaspokoimy potrzeb naszego regionu, nie mówiąc już o całym kraju. Na pierwszy etap budowy potrzebujemy 12 mln zł, na całość około 25 mln zł. Póki co pozyskujemy

sponsorów, przekonujemy rządzących. To jest mrówcza praca, której na zewnątrz nie widać, ale musimy ją wykonać.

## Czego życzy pani sobie oraz innym matkom dzieci cierpiących na autyzm?

Oczekiwania społeczne wobec rodziców dzieci niepełnosprawnych są czasami bardzo niesprawiedliwe. Matki powinny być w siermiężnych worach, zapłakane, niepomalowane, zaniedbane i uprawiające samobiczowanie. Trzeba nam czasem wyskoczyć z tego autyzmu i popatrzeć na wszystko z boku. Chciałabym życzyć wszystkim mamom odrobiny egoizmu. Koncentrując się na nich, nie zapominajmy o roli ojca w tym wszystkim. On też potrzebuje wygadać się, wypłakać. Znam wielu ojców, którzy są godni szacunku i robia, co mogą, by wspierać swoje dziecko. Życzę zatem nam, rodzicom, byśmy każdego dnia radzili sobie ze wszystkimi demonami, które trzeba pokonać, wychowując dziecko z autyzmem. ◀



fot. Grzegorz Doroszuk



# Niepodręcznikowi, ale skuteczni

Powszechne wyobrażenia o tym, jak prosperuje i jest zorganizowana prężnie rozwijająca się firma odnosząca sukcesy, budowane są najczęściej w oparciu o stereotypy. Zgodnie z nimi obowiązuje w niej hierarchiczna piramida stanowisk, szef nie rusza się bez asystentki, a szefowa parady w sztywnych, idealnie skrojonych ciemnych kostiumach. Wiele białskich firm przeczy takim wyobrażeniom, a jedną z nich jest Stol-Kar. Zarówno Jacek Koziół, jak i jego żona Małgorzata są zaprzeczeniem wszelkich stereotypów.

Lubelskie Orły Biznesu 2009, 2010, w 2011 r. Lubelski Orzeł Biznesu z Diamentami, medal w kategorii Lubelskie Przedsiębiorstwo Małe, dyplomy uznania od patronujących konkursom marszałka i wojewody województwa lubelskiego, 1. miejsce w kategorii Pracodawca – Organizator Pracy Bezpiecznej w r. 2011 w konkursie organizowanym przez Państwową Inspekcję Pracy w Lublinie, wyróżnienie przyznane w 2014 r. przez Białkopodlaską Izbę Gospodarczą w kategorii Lider Przedsiębiorczości – to nagrody, które właściciele Stol-Karu już mają na swym koncie. 28 maja odebrali kolejnego orła z diamentami. Wynika z tego, że niesza-blonowość jest receptą na sukces.

## Młodzi z orłami

Diamenty wtopione w statuetkę orła symbolizują nie tyle sukces finansowy, ile prestiż wśród firm – dynamicznych, otwartych, reagujących na zmienność trendów i kreujących nowe. Laureaci podchodzą jednak do wyróżnień bardzo spokojnie: – Przed zgłoszeniem do każdego konkursu dla pracodawców i firm myśleliśmy zawsze, że właściwie nie mamy szczególnych zasług. Czasem odbierałam telefony informujące, że nas wybrano i myślałam, że to żart – uśmiecha się Małgorzata Koziół. – Ale te nagrody bardzo nas cieszą, zwłaszcza że przecież te dokonania są sprawdzane w czasie audytów dokonywanych przez przedstawicieli kapituły. To bardzo miłe, że ludzie tak doświadczeni nas doceniają. Nagrody, medale to wielka satysfakcja, traktujemy je jako podsumowanie naszej pracy. To jest naprawdę niesamowite uczucie, gdy jesteśmy wyczytywani podczas gali i okazuje się, że należymy do grupy najmłodszych przedsiębiorców. Sta-teczni, dojrzałe panowie prezesi mówią: „O, jacy młodzi!”. Umieściliśmy wizerunki orłów na metkach do karniszy, bo uważamy, że jest to powód do dumy. Ale po powrocie z uroczystości mówimy sobie: „Za robotę trzeba się brać” – podsumowuje.

## Bajka o Jacku, który się wkurzył

Przełomem był dzień wypłaty jesienią 1995 r. Jacek Koziół otrzymał pensję mniejszą niż się spodziewał. Wkurzył się, ale zamiast klócić się z pracodawcą, zaczął się zastanawiać,

co mógłby zrobić sam, żeby taka sytuacja się nie powtórzyła. – Rozejrzałem się wokół, zorientowałem się w sytuacji na rynku, ktoś sprzedawał karnisze. Pomyślałem, że mogę robić to samo. Nie miałem pieniędzy, właściwie nic nie miałem, poza zapalem. Zaczęłem robić drewniane karnisze – kupowałem gotowe elementy, sam je skręcałem, malowałem, sam je rozwoziłem. Założyłem firmę w małym domku na rodzinnej posesji – opowiada przedsiębiorca. Dziś już nie ma tego budynku, a w tym miejscu stoi jedna z dwóch hal Stol-Karu, w której produkowane są rolety. – To nasza odpowiedź na zainteresowanie odbiorców. Chcemy im zapewnić kompleksowość usług. Karnisze są produkowane w nowych halach, bardzo nowoczesnych i przestronnych. Gdy moda na drewniane karnisze minęła – kontynuuje Jacek Koziół – zaczęliśmy sprzedawać metalowe. Jeździliśmy na targi do Niemiec, nawiązaliśmy współpracę z Azją. Jesteśmy obecnie dostawcą dwóch największych sieci handlowych w Polsce, sprzedających asortyment budowlany i do wyposażenia wnętrz. Zazwyczaj osoby, które odniosły taki sukces, lubią podkreślać, ile ciężkiej pracy je to kosztowało. Jacek Koziół, zapytany o najtrudniejsze momenty, nawet nie stara się wymyślać takich historii. To nie znaczy pewnie, że ich nie było, raczej świadczy o naturze przedsiębiorcy, który nie rozwodzi się nad trudnościami. – Wiele rzeczy zdarzyło się przez przypadek – opowiada. – Po prostu znalazłem się w odpowiednim miejscu w odpowiednim czasie. Nie roztrząsam problemów. Albo szukam od razu rozwiązania, albo pozwalam się rozwinąć sytuacji. Czas przynosi odpowiedź, co zrobić. Jak trzeba, atakuję, ale umiem też stulić uszy – przyznaje. Tak właśnie właściciel białskiego przedsiębiorstwa obala stereotyp pierwszy: że budowanie firmy to droga przez mękę.

## Self made man: przebojowość i pokora

Teoretycznie te dwie cechy trudno pogodzić. Ale Jacek Koziół temu również przeczy swym przykładem. Jest niezwykle energiczny, pewny siebie, radosny, ale normalny i nie zadufany w sobie. Zwyczajny aż do bólu.

– Czasem spotykam się z biznesmenami, którzy lubią podkreślać, że wszystko wiedzą, wszędzie byli. Ja się nie popisuję, ja robię swoje. Nie jestem nadzwyczajny – stwierdza. Ale to chyba ta „zwyczajność” i prostolinijność otwiera mu kolejne drzwi do sukcesu. – Kiedyś pojechałem do dużego importera z Niemiec, bo podstępem trochę zdobyłem jego adres. Trochę nakłamałem, opowiadając mu o swojej firmie. Zapytał, skąd mam jego adres. Powiedziałem, że z Internetu, a on na to, że jego nie ma w Internecie. Ale postanowił, że przyjedzie do nas do Polski. Przyjechał do Białej i zobaczył mały stary domek i kilku pracowników. Mimo to stwierdził, że chce współpracować, bo widzi w nas potencjał. Potem przez jakiś czas się nie odzywał, okazało się, że był chory. Niedawno zadzwonił i powiedział: „Jacek, róbmy coś”. No to wsiadłem w samolot i poleciałem do Frankfurtu – wspomina białczanin. Zdaje się, że to rzadki przypadek człowieka, który pracę przyjmuje jako coś naturalnego, nad czym nie należy się rozwodzić. Nie pozuje, nie kokietuje, a przede wszystkim dobrze myśli o ludziach. Przewiduje, nie rachuje. Różnica może niewielka, lecz znacząca.

## Szef na hali

Szefowie dużych firm, a właściwie szefowie w ogóle, szybko wsiąkają w świat coachingu, public relations i tytułomani. Ale to nie w Stol-Karze. Jacek Koziół na wizytówce ma zapisane imię, nazwisko i dane firmy. Żadnego „prezesa” czy „dyrektora”. – Mąż do dzisiaj lubi pójść na halę i pracować z zespołem – mówi Małgorzata Koziół. – Dobrze oddziałuje na pracowników, potrafi ich zmotywować, wprowadza dobrą atmosferę. Jest szefem dobrym, choć wymagającym – mówi. A może to „choć” należałoby zastąpić „bo”? Jacek Koziół pokazuje ludziom, jak ważna jest dobra organizacja pracy. Poza tym dokładnie wiadomo, czego oczekuje, bo jasno to wyraża. To chyba podstawa zdrowych relacji w każdym zespole. A co ceni u pracowników najbardziej? Formuluje to dosadnie: – Powinni mieć jaja. I po prostu lubić pracę. Nawet jeśli na przykład szukam kogoś do biura ze znajomością danego języka, a określona osoba zna go słabo, ale widzę, że jest samodzielna,



kreatywna, ma energię i chęci, zatrudniam ją. Wysyłam na kurs językowy, który opłacam, bo wiem, że ona go dobrze wykorzysta. Małgorzata Koziół tłumaczy: – U nas każdy wie, za co jest odpowiedzialny. My nie mamy wielu „dyrektorów”, „menadżerów”, „specjalistów”, „asystentów”. Jest jedna pani dyrektor – koordynuje pracę przedstawicieli. Od tych wszystkich nazw ważniejsze jest dla nas, żeby ludzie wiedzieli, co mają robić, umieli planować swoją pracę, by byli doceniani. A więc obalony zostaje kolejny stereotyp – korporacyjne standardy: tytuł i wizytówka niekoniecznie czyni pracownika dobrym. – Dbamy o sensowny system motywacyjny i o integrację. Wyjeżdżamy w góry. W tym roku zbudowaliśmy wiatę, żebyśmy mogli sobie grillować – Jacek Koziół z radością pokazuje eleganckie miejsce rekreacji za siedzibą firmy. Zapytany, czy jeździ na szkolenia z zarządzania, czy zatrudnia specjalistę od zasobów ludzkich lub treningów personalnych, śmieje się: – Ja nie muszę na szczęście zapraszać Magdy Gessler, żeby mnie uczyła, że z zespołem trzeba dobrze żyć.

## Razem w pracy

Jacek Koziół często słyszy się, że wspólna praca nie sprzyja małżeństwu. – My nie wiemy,

jak to jest pracować oddzielnie. Nie wyobrażamy sobie tego – twierdzi. – Żona czasem mówi w domu o pracy, a ja odpowiadam wtedy, że już nie jesteśmy w biurze. Idealnie się uzupełniamy, choć jesteśmy różni. On działa w terenie, zajmuje się organizacją pracy na miejscu, dokumentacją. Ale wizerunek firmy tworzą razem. Świetne porozumienie widać na pierwszym rzut oka. Jacek Koziół mówi więcej, ale wzrokiem sprawdza, czy pani Małgorzata zgadza się z tym, co mówi. Gabinet właścicielki Stol-Karu jest jak ona sama: subtelny i elegancki. Przestronny, pełen kwiatów, jasny. Małgorzata to kobieta otwarta, cierpliwa, bardzo dużo się śmieje. Z dumą podkreśla, że od 5 lat jest przewodniczącą rady rodziców w szkole, do której uczęszczają ich dzieci. Bardzo się w to angażuje, organizuje imprezy dla dzieci i rodziców, wspiera placówki wychowawcze w mieście, między innymi te, które pracują z niepełnosprawnymi. Z kolei Jacek urzęduje w męskim gabinecie z ciemnymi meblami, ale o jego zawadiackiej naturze świadczą zabawne figurki przywieszone z Kuby czy z Kenii. Między nimi stoją nagrody. W sali konferencyjnej... luneta. Biuro jest piękne i nowoczesne, ale nie przytłacza. Współgra z naturą właścicieli.

## I przeżyć, i pożyć

Kolejny stereotyp to ten, że biznesmen pracuje okrągłą dobę i wydaje mu się, że bez niego wszystko się zawali. – Kiedyś też tak myślałem – przyznaje białski przedsiębiorca – ale pojechałem w końcu na urlop i okazało się, że nic się nie zawaliło. To dlatego, że mamy taki zespół, że sobie ufamy. Chciałbym oczywiście, żeby doba była dłuższa, ale z wyjazdów nie rezygnujemy. Zapytany o to, czy uważa, że dziś trudniej byłoby mu założyć biznes, odpowiada: – Dziś jest trudniej. Ale trudno też mi to sobie wyobrazić. Wiem, że jesteśmy postrzegani jako solidna marka. Przecież na to pracujemy. Rozwijamy się, wdrażamy innowacyjne systemy: rozkładania towaru, synchronizacji zamówień, unowocześniamy zarówno dział produkcyjny, jak i dystrybucji. Podstawą naszej strategii jest niezmiennie dobra jakość i twórcze wykorzystanie potencjału. Należy dodać, że kolejny stereotyp o niemożliwości rozwoju biznesu w Polsce wschodniej też się nie sprawdza. – To trudny region, jeśli chodzi o logistykę czy dystrybucję – przyznaje Koziół. Z tego względu może wolałbym mieć siedzibę w centrum Polski. – Ale radzimy sobie – mówi biznesmen. Jak widać skutecznie. ◀



# GRUBY CHIŃCZYK

Małgorzata Tymoszuk



foto. Grzegorz Doroszuk

**Dużo i tanio – tak zjemy w restauracji orientalnej Na Grubasie, jaka niedawno została otwarta przy ul. Jatkowej w Białej Podlaskiej. Ale czy smacznie? Już mówię...**

Cieszę się za każdym razem, gdy powstają nowe miejsca, gdzie można smacznie zjeść. A konkurencja na rynku gastronomicznym sprawia, że serwuje się nam, konsumentom, coraz lepsze dania. Restauracja, którą przetestowałam, ma dodatkowy plus – można złożyć zamówienie telefonicznie. To szczególnie cieszy, kiedy po zajrzeniu do lodówki okazuje się, że jest w niej tylko... światło. Ostatnio, szukając nowych chińskich inspiracji, trafiłam do lokalu o jakże wdzięcznej nazwie. Na Grubasie. Czy smaki są tu równie intrygujące?

### Dla głodomorów

Dania są błyskawicznie serwowane na stół. Nawet nie zauważyłam upływającego czasu. Zamawiamy z Głodomorem kurczaka z grzybami mun (13,50 zł). Grzyby mun to inaczej chińskie smardze, potocznie zwane uchem bżowym (przypominają nasze ucho i zazwyczaj rosną na pniu czarnego bzu, ale i inne drzewa nie odmawiają im swojej gościnności). Najpierw przeraża nas wielkość porcji. Z tego talerza najedzą się co najmniej trzy osoby! Zaczynam się zastanawiać, czy zamówienie drugiego dania było właściwą decyzją. Ale, ale... Sprawdzmy, jak smakuje. Kucharz miał gest – grzybów jest naprawdę dużo. Do tego są smaczne, doskonale doprawione. Najważniejsza jest jednak marynata kurczaka oraz delikatne przysmażenie czosnku. W restauracji Na Grubasie mają o tym pojęcie.

### I dla wegetarian

Drugie danie jemy z moim Głodomorem na spółkę. Zdecydowaliśmy się na mix owoców morza z bambusem (16,50 zł). I znowu przeogromna porcja, w której królują kalmary i krewetki. Wszystko jest świeże i doskonale doprawione. I jak pachnie! Proponuję też spróbować soku z imbiru, cytryny, marchwi i jabłka (6,50 zł). Są też inne kombinacje ze świeżo wyciskanych warzyw i owoców. Mam też dobrą wiadomość dla wegetarian – też się tu najedzą. Ryż, bambus czy makaron sojowy serwowany jest z kruchymi warzywami. Wszystko jest doskonale doprawione. Ceny od 12 do 13 zł. Przy zamówieniach ponad 25 zł dowóz jest gratis. Są też różne promocje. W Na Grubasie starają się i naprawdę im to wychodzi. Oceniam tę restaurację na 8 punktów i wpisuję na swoją listę genialnych kulinarnych miejsc. Polecam dla największych głodomorów w mieście. ◀

## Biura do wynajęcia

25 zł/m<sup>2</sup>

www.ksemar.pl

tel. 505 090 002

ZAPRASZAMY



R E K L A M A

# Przetrwąć kryzys

Karolina Laszuk



Wydarzenia burzące równowagę wpisane są w nasz rozwój i nie sposób ich uniknąć. Dla jednych są niezauważalne. Inni postrzegają je jako bariery nie do pokonania. Do najbardziej oczywistych i powszechnie znanych tego typu wydarzeń należy okres dojrzewania, kryzys wieku średniego czy tzw. syndrom pustego gniazda, gdy dzieci opuszczają dom rodzinny. Bardziej tragiczne to na przykład utrata bliskiej osoby. Wprawdzie niektórym z nas dane jest pędzić żywot wolny od wszelkich trosk i nieszczęść. Większość, niestety, musi się mierzyć z trudnościami. Każdy odbiera to, co niesie los, w inny sposób. Silniejsi przetrwają niezliczone ilości porażek i niepowodzeń, a wciąż mają siłę, by walczyć z kolejnymi. Słabsi potrafią załamać się z powodu jednego traumatycznego przeżycia do tego stopnia, że tracą umiejętność radzenia sobie z kolejnymi. Wsparcie otoczenia ma tu bardzo duże znaczenie.

W bezpiecznym i sprzyjającym środowisku zdrowy organizm jest w stanie sprostać wymaganiom, jakie niosą ze sobą zarówno te przewidywalne, jak i zupełnie niespodziewane przełomy w życiu. Każdy potrzebuje na to czasu. Na przestrzeni lat wypracowuje swój własny sposób przetrwania kryzysu, aczkolwiek siła i poziom zaskoczenia związany z problemem, jaki dotyka człowieka, w dużej mierze decyduje o tym, jak sobie z nim poradzi.

Największe wyniszczenie organizmu towarzyszy nagłym, niespodziewanym wypadkom. Ludzie starają się szukać racjonalnych wytłumaczeń, zaprzeczają istnieniu niektórych sytuacji, koncentrują się na działaniach zastępczych, aby uciec od dramatu. W niektórych przypadkach ma to swoje dobre strony, jeśli przynosi ulgę i pozwala poradzić sobie z nieprzychylnym losem, jednak długie trwanie w przekonaniu, że nic się nie stało, przedłuża jedynie czas potrzebny na uporanie się z trudnościami. Kiedy dojdzie już do

akceptacji, można rozpocząć etap uczenia się „życia po”.

Każdy w innym tempie przechodzi poszczególne stadia przetrwania kryzysu. Żałoba zajmuje zwykle około rok, ale wszystko jest uzależnione od osobowości oraz okoliczności towarzyszących takiej stracie. Niejednokrotnie stres towarzyszący sytuacji jest tak duży, że wskazane jest też zwrócenie się do psychologa czy psychiatry. Profesjonaliści potrafią stworzyć warunki umożliwiające wyjście z kryzysu. Służą też poradą rodzinie i otoczeniu. Zdarza się, że sugerują włączenie leków obniżających napięcie czy lęk, co skraca czas i cierpienie. Proces powracania do równowagi może zaburzyć funkcjonowanie zawodowe czy rodzinne. Im więcej sprzyjających dookoła okoliczności i osób, tym szybciej człowiek przechodzi przez kryzys.

Z każdym trudnym przeżyciem ludzie stają się też odporniejsi na kolejne wyboje. Niemniej jednak zbyt częste i silne przeciwności życiowe potrafią złamać nawet najsilniejsze jednostki. Każdy potrzebuje czasu i energii na odbudowanie nadszarpniętego zdrowia. Jeśli okoliczności nie dają człowiekowi szansy na regenerację, staje się on coraz słabszy i gorzej radzi sobie z każdym kolejnym niepowodzeniem. Niezwykle istotne jest zapewnienie poczucia, że człowiek nie jest sam, że może na kogoś liczyć. To niezbędne minimum pozwala zachować chęć do walki i mobilizuje do przetrwania.

Każdy ma inne możliwości i różnie reaguje na wyzwania. Jedni potrzebują większej pomocy, inni szybciej radzą sobie sami. Odmienne są też napotkane trudności i zakres zniszczeń. To tak jakby podać rękę komuś, kto się przewrócił i z różnych powodów nie potrafił sam się podnieść. Może coś sobie uszkodził, a może był tak zmęczony, że zasnął. Kiedy już stanie na własnych nogach, możemy go puścić. Jeśli pozwolimy mu leżeć w cierpieniu, zakładając, że przecież tylko upadł, albo że inni mu pomogą, może się nigdy nie podnieść... ◀

„Niektórym z nas dane jest pędzić żywot wolny od wszelkich trosk i nieszczęść. Większość (...) musi się mierzyć z trudnościami. Każdy odbiera to, co niesie los, w inny sposób. Silniejsi przetrwają niezliczone ilości porażek (...), a wciąż mają siłę, by walczyć z kolejnymi. Słabsi potrafią załamać się z powodu jednego traumatycznego przeżycia (...)

### Robak w sadzie

W pewnym sadzie, pod maliną, mieszkał robak wraz z rodziną. Owocowej strzegł się diety: nad kielbaski i kotlety, tłuste zrazy czy paluszki, wolał wiśnie, jabłka, gruszki. W całym sadzie był lubiany, z dobrych rad powszechnie znany. Komarowi gdy miał czkawkę, do zjedzenia dał truskawkę. Kiedyś żuk miał bule w krzyżu,

dostał wywar z ziarenek ryżu. Osa dbała o figurę, dał jej z wiśni konfiturę. Gdy kaszlały biedroneczki, syrop zaniósł im z porzeczki. Na zmniejszenie stonki tuszy, zrobił napar z liści gruszy. A gdy ślimak chciał być krewki, kazał mu sok pić z marchewki. Na zmartwienia i kopoty, czeresniowie miał kompoty.

\*\*\*

Morał z wiersza tu wypływa: że owoce i warzywa zawsze dobre są na zdrowie. Każdy robak Wam to powie. Choć naprawdę, tak w zasadzie, robak to jest zły gość w sadzie.

▶ Jacek Daniluk



Juwenalia 2015 w Białej Podlaskiej zapowiadają się bardzo emocjonująco! Już nawet sama ceremonia przekazania kluczy do miasta będzie niezłym show. Studenci muszą je wywalczyć w siłowym pojedynku na drużyny. Studenci kontra władze miasta. Kto się okaże silniejszy? Dzień przed wielką imprezą jesteśmy z kamerą na jednej z uczelni, gdzie pytamy studentów o ich obawy oraz kondycję przed jutrzejszymi zmaganiem. \*



\* Nie wszystkie postaci i wydarzenia zostały zmyślone ;)

# Jak pasję zamienić w biznes

Komputer 3000 białczanina Grzegorza Laszuka to jedna z najprężniej rozwijających się firm komputerowych w regionie. Mimo ogromnej konkurencji utrzymuje swoją pozycję na rynku od kilkunastu lat. Od pewnego czasu ściślej współpracuje z firmą Komputronik – jedną z ważniejszych w tej branży w Polsce. Co ważne – firma sponsoruje wydarzenia artystyczne w Białej Podlaskiej. Grzegorz Laszuk jest miłośnikiem muzyki i aktywnie wspiera tego typu przedsięwzięcia. – Liczy się nie tylko własny biznes, ale również pomoc innym – podkreśla.

W Białej Podlaskiej jesteśmy jedynym salonem Komputronika, który posiada autoryzację i prowadzony pod tą marką – zaznacza Grzegorz Laszuk, który w międzyczasie otworzył salony sprzedaży tej firmy w Siedlcach, Chełmie, ale również mniejszy, w Terespolu, nastawiony na klienta zza wschodniej granicy. Właściciel Komputera 3000 zatrudnia 13 osób. Działalność firmy opiera się nie tylko na handlu, a na oferowaniu ciekawych i nietypowych usługi dla klientów w Białej Podlaskiej, regionie, ale również w całej Polsce.

## Biznes z pasji

– Swoją działalność zacząłem od pisania programów, a były to czasy, kiedy w Białej osób jak ja było dosłownie kilka. Byłem jednym z maniaków komputerowych, ale w dobrym tego słowa znaczeniu – przyznaje Grzegorz Laszuk. W latach 90. pracował w branży telekomunikacyjnej, a w wolnym czasie obsługiwał kilka firm, pisząc programy. Po pewnym czasie pasję, czyli zainteresowanie nowymi technologiami, zamienił na własny biznes. Tak powstała firma Komputer 3000, która oferowała klientom sprzedaż sprzętu komputerowego i usługi informatyczne. Białczanie z całą pewnością pamiętają sklep na pl. Szkolny Dwór. – To był fenomenalny czas – wspomina Laszuk. – Choć od kilku lat siedziba firmy mieści się przy ul. Moniuszki 12, to i tak nasi klienci utożsamiają nas z poprzednim miejscem, które wielu mieszkańcom wryło się w pamięć.

## Investycja w firmę

Firma zaczęła się rozrastać. W okresie największego popytu zatrudniała czterech handlowców, którzy ciągle nie mieli wolnej chwili, a w sklepie przewijało się mnóstwo ludzi. W tamtym czasie zakupy przez Internet nie były jeszcze tak popularne. Dziś klient ma dostęp do nieograniczonej ilości towaru w sieci, gdzie panuje ogromna konkurencja. Jak sobie z nią radzić? – Od 2000 r. staram się rozwijać firmę i inwestować w nią. Stąd zakup części kamienicy przy Moniuszki. Inwestycja w firmę to pozyskanie funduszy zewnętrznych. Otrzymaliśmy trzy duże dofinansowania unijne – precyzuje właściciel Komputera 3000. Jeden z grantów pomógł Laszukowi rozwinąć zakres oferowanych usług, czyli budowę sieci komputerowych, oraz wyremontować kamienicę, gdzie obecnie firma ma swoją



fol. Małgorzata Piekarska

siedzibę. Drugie dofinansowanie zostało przeznaczone na rozwój nowych usług firmy, tj. hurtownię danych oraz podniesienie jakości usług serwisowych. – Zakupiliśmy odpowiedni sprzęt i śmiało mogę stwierdzić, że nasz serwis jest wysoko notowany w Białej i okolicach. Potrafimy zdiagnozować i naprawić sprzęt komputerowy, który uległ uszkodzeniu – zapewnia Laszuk.

## Usługowe innowacje

Trzecią pulę dofinansowania Grzegorz Laszuk przeznaczył na rozwój nowej usługi, która w naszym kraju dopiero raczkuje, ale będzie niezwykle istotna w przyszłości. Chodzi o certyfikowane niszczenie danych i nośników. Jeszcze do niedawna wydawać by się mogło, że nikt nie zapłaci za celowe zniszczenie danych. Ale z tym problemem już borykają się instytucje, gdzie wyciek danych może spowodować olbrzymie szkody. To szczególnie ważne dla sądów, urzędów, policji. Przyszłościowa kwestia – niszczenie danych i nośników w taki sposób, aby nikt nie mógł z nich skorzystać, może więc przysporzyć firmie nowych klientów. Właściciel Komputera 3000 potwierdza: – My już mamy takie możliwości. Wiemy, jak zniszczyć dane tak, aby nie dało się już ich odzyskać. Ale działamy również w drugą stronę – dysponujemy narzędziami do ratowania danych. Często klienci chcą odzyskać utracone informacje, więc musimy sprostać ich oczekiwaniom – mówi Laszuk.

## Rozwój kadry

Komputer 3000 inwestuje również w rozwój kadry, chociażby w tak ważne dla tej branży szkolenia pracowników. – Cały czas pracujemy nad swoim rozwojem – podkreśla przedsiębiorca – startujemy w przetargach, gdzie oferujemy nie tylko sprzęt, ale również usługi. Naszymi klientami są duże białskie firmy, z którymi współpracujemy od lat. Mamy na koncie pokaźne dostawy sprzętu do firm i instytucji z całej Polski, między innymi Wojskowej Akademii Technicznej. Staramy się rozwijać, inwestować i sprostać oczekiwaniom dzisiejszego rynku – mówi Grzegorz Laszuk. I dodaje: – Moja firma jest dowodem na to, że da się od podstaw stworzyć biznes i utrzymać go przez kilkanaście lat. Nie jest to oczywiście łatwe, wymaga wielu wyrzeczeń, ale fakt, że możemy być konkurencyjni i zdobywać nowe kontakty w Polsce świadczy o naszej sile. <



Firma Handlowo-Usługowa  
KOMPUTER 3000  
(salon franczyzowy Komputronik)  
ul. Moniuszki 12, Biała Podlaska  
www.k3000.pl



▶ Przez cały czerwiec w Galerii Podlaskiej przy ul. Warszawskiej można oglądać archiwalne zdjęcia, wydawnictwa i kroniki dokumentujące wydarzenia artystyczne z ostatnich lat. Galerię można odwiedzić codziennie z wyjątkiem sobót, w godz. 8.30-16.30, a w niedziele od 11.00 do 17.00.



▶ 14 czerwca na Trawniku przy ul. Artyleryjskiej 14 zagra MA. Jak sami o sobie mówią, „losy złączyły się ze sobą, by wspólnie emitować rytmy rodem z kosmosu”. Początek koncertu o godz. 20.00.



▶ 14 czerwca cykliczna impreza, na którą powinni przyjść wszyscy, którzy lubią ruch na świeżym powietrzu. Na IV Rodzinny Piknik Biegowy organizatorzy zapraszają wszystkich mieszkańców Białej Podlaskiej wraz z rodzinami, miłośników biegów długodystansowych (10 km ulicami miasta), a także ścigania się na rolkach i fanów nordic walkingu (5 km). Dzieci w biegach zmierzają się na dystansach 100 m i 400 m. Dla każdego uczestnika organizatorzy jak co roku przygotowali wiele atrakcji i ciekawostek z zakresu profilaktyki zdrowotnej. Będzie można porozmawiać z lekarzami, rehabilitantami, fizjoterapeutami, specjalistami od badań genetycznych i zdrowej żywności. Zawodnicy będą mogli wygrać m.in. pakiety na badania, karnety do klubów fitness, przychodni rehabilitacyjnej, kapsuły floating spa i jeszcze inne bardzo atrakcyjne nagrody.

PREZYDENT MIASTA DARIUSZ STEFANIUK ZAPRASZA NA

2015  
27-28 CZERWCA

# Dni Białej Podlaskiej

MYSLOVITZ  
RAFAŁ BRZOZOWSKI

KONCERTY  
WYSTAWY  
ATRAKCJE DLA DZIECI  
WESOŁE MIĄSTEČKO, ANIMACJE, KONKURSY, ZABAWY

SOBOTA 17:00  
SALA WIDOWISKOWO-KONFERENCYJNA UL. BRZESKA 41

ARTI SENTEMO  
Kolegium Kulturowe Okręgu Akademickiego

NIEDZIELA 14:00  
PARK RADZIWIŁOWSKI

TYCH LAT NIE ODDA NIKT  
MŁODZIEŻOWA ORKIESTRA DĘTA  
NIE ZAPOMINAJMY O OGRODACH, BAZYLI ALBICZUK, TWÓRCZOŚĆ

KABARET K2  
THE BOOTLES  
MYSLOVITZ  
RAFAŁ BRZOZOWSKI

BIALSKA NAGRODA KULTURY DARCZYŃCA BIALSKIEJ KULTURY  
ZNANY BIALCZANIN W KARYKATURZE 2015  
BOHATER W MOJEJ RODZINIE

▶ 18 czerwca o godz. 18.00 w sali widowiskowo-konferencyjnej Bialskiego Centrum Kultury przy ul. Brzeskiej 41 odbędzie się koncert charytatywny, którego formułę organizatorzy zaczerpnęli z telewizyjnego programu „Twoja twarz brzmi znajomo”. Szesnastu uczestników – znane twarze Białej Podlaskiej – powalczą o pieniądze na wybrany przez siebie cel charytatywny.

▶ 28 czerwca Muzeum Południowego Podlasia w Białej Podlaskiej, chcąc uczcić dwudziestą rocznicę śmierci Bazylego Albliczuka udostępni zwiedzającym jego prace, które ma w swych zbiorach. Przy muzeum, ale również w różnych częściach miasta będzie można podziwiać klomby zainspirowane ogrodniczą pasją Albliczuka. Ekspozycja „Ogrody” potrwa do 30 sierpnia.

▶ 27 czerwca o godz. 17.00 w sali widowiskowo-konferencyjnej przy ul. Brzeskiej 41 będzie miała miejsce inauguracja Dni Miasta. Na początek wręczona zostanie Bialska Nagroda Kultury. Również tego dnia odbędzie się koncert kameralnej orkiestry akordeonowej Arti Sentemo.

▶ 28 czerwca od godz. 14.00 w parku Radziwiłowskim na dwóch scenach trwały będą koncerty. Wystąpią utalentowani

młodzi bialczanie z zespołów wokalnych i tanecznych działających przy Bialskim Centrum Kultury, Młodzieżowa Orkiestra Dęta z Kolegium Muzycznego w Brześciu oraz The Bootles, grupa muzyczna grająca rockowe covery. Wystąpi także Kabaret K2 oraz bialski Teatr Ognia Antidotum. Gwiazdami wieczoru będą: Rafał Brzozowski oraz zespół Myslovitz.

Pierwszy Rotariański Wyścig Kaczek

28 czerwiec 2015 r.

rzeka Krzna na wysokości mostu przy ul. Łomaskiej

Zbieramy pieniądze na wakacyjny wypoczynek dzieci ze Szkoły Podstawowej Nr 3 w ramach programu „MOŻNA INACZEJ..”. Uczestnikom oprócz wielu atrakcyjnych nagród oferujemy też mnóstwo satysfakcji z pomagania dzieciom

Pomóż dzieciom wyjechać na wakacje

ORGANIZATOR:  
Rotary Club Biała Podlaska  
www.biala-podlaska.rotary.org.pl



9 maja 1926 r.

„Roboty publiczne w Białej Podlaskiej dla bezrobotnych. Jak nas informują Magistrat tutejszy poczynił zabiegi o otrzymanie pożyczki na budowę trzech budynków miejskich. Mamy nadzieję i apelujemy w tej sprawie do Prezydium miasta i radnych chrześcijan, że przy tych robotach zatrudnieni będą przede wszystkim miejscowi robotnicy (...)” – Bardzo nas zainteresował wątek odwoływania się do religijności, której miernikiem jest lokalny patriotyzm, zwłaszcza w dziedzinie zatrudnienia. [PP]

15 maja 1927 r.

„Dnia 2 b. m. w sali kina „Miraż” odbył się koncert chóru P.W.S. Z wielkim uznaniem należy być dla inicjatorów, którzy organizując go dowiedli, iż koła śpiewacze i muzyczne mogą u nas istnieć i istnieć powinny. My Polacy musimy to przyznać ze wstydem, jesteśmy narodem bardzo mało muzycznym. (...) Wszelkie próby w tym kierunku powinny się wobec tego spotkać z aplauzem społeczeństwa. Na program koncertu złożyły się produkcje chóru męskiego, 6-cio głosowego mieszanego, oraz występy solowe p. K. Walczuka baryton i p. W. Maksymiuka tenor. Oprócz powyższego p. Jasiński odegrał na skrzypcach 3 rzeczy.”

„W Białej nareszcie Sokół rozwinął skrzydła do lotu. Organizacja zbudziła się do życia i zaczęła pracować. Jak dowiadujemy się jest już instruktor, który zaczął systematyczne ćwiczenia z druhami i druhami. Ćwiczenia odbywają się 3 razy w tygodniu na boisku taskawie użyczonym przez 34 p.p. (...) Największą bołącką jest obecnie brak lokalu własnego, ale ani starostwo ani magistrat dać takowego, czy nie chciało, czy nie mogło. (...) Były trudności i z boiskiem, bo Zarząd Sokoła zwracał się do magistratu o udzielenie mu pozwolenia na urządzenie placu sportowego na terenie miejskim leżącym między cmentarzem katolickim a kirkutem, lecz sprawę tę załatwiono odmownie. Mniejsza z tem, że z chwilą oddania tego placu miasto zyskałoby na wyglądzie, mając zamiast śmietnika (smutne ale prawdziwe) boisko sportowe, mniejsza że przyszłoby się z pomocą użytecznej organizacji. Zapytujemy czy tak by też postąpił magistrat, gdyby w danym wypadku była inna organizacja...?”

13 maja 1928 r.

„W dn. 3 b.m. ze składu rowerów w Białej, Nieścioruka Michała został wypożyczony rower na godzinę czasu. Wypożyczający rower zostawił książeczkę wojskową na

imię Feliksa Aftyka, nauczyciela z Żerocin. Wobec tego, iż rzekomy Feliks Aftyk do dziś dnia nie powrócił, a po sprawdzeniu w Żerocinie okazało się, że książeczka wojskowa na imię Feliksa Aftyka była skradziona, przeto dotychczas nieznanego osobnika, rzekomy Aftyk, korzystając z nieswojej książeczki przywłaszczył sobie rower.”

11 maja 1930 r.

„Święto Narodowe 3-go Maja Święto radości w Białej Podl. Przebieg obchodu święta wypadł w Białej okazale. Od samego rana całe miasto przybrało wygląd odświętny, na wszystkich domach powiewały chorągwie w barwach narodowych. Na wielu balkonach urządzono dekoracje z portretami bohaterów narodowych i godłem państwa pośrodku. Sklepy urządziły artystyczne wystawy związane ze świętem narodowym. Bardzo ładna wystawa w sklepie p. Wrzoska zwracała powszechną uwagę. Artystycznie udekorowany był gmach Sądu Okręgowego (...) oraz Magistrat i Sejmik. Od rana w mieście panował ruch ożywiony, na ulicach kwestowano na Macierz Szkolną, organizacje oraz tłumy publiczności zdążyły na mszę św. (...). W defiladzie wzięło udział wojsko 9 p.a. i 34 p.p., młodzież gimnazjalna i szkół powszechnych oraz prawie że wszystkie organizacje istniejące na terenie miasta (...). Na zakończenie orkiestra 34 p.p. odegrała wiązankę pieśni polskich oraz hymn „Boże Coś Polskę” (...). Po południu o godz. 3-jej odbyła się zabawa ludowa, bardzo dobrze zorganizowana dzięki niezamordowanym pracą p. p. Targowskich. (...) Wieczorem całe miasto było rześcicie iluminowane (...).”

24 maja 1931 r.

„W najbliższych dniach odbędą się ćwiczenia obrony przeciwlotniczej i przeciwgazowej. W tym celu są rozklejane na ulicach Białej obwieszczenia urzędu starościńskiego, informujące ludność o tem, jak ma się zachować ona na wypadek „napadu” lotniczo-gazowego na miasto. Równocześnie na poszczególnych domach umieszczone zostaną żółte trójkąty, wskazujące że w punktach tych ludność winna szukać schronienia (...), rzecz prosta w ścisłej tajemnicy, w przeciwnym bowiem razie pokaz straciłby wielce na swem znaczeniu.”



1 maja 1935 r.

„Złodzieje również muszą poczynić za-

paszy na święta. W tej właśnie myśli dwóch znanych policji łazików wkradło się do sklepu Andrzeja Nowickiego, i korzystając z ciemności nocnych wyciągnęli 30 kg. cukru, herbatę, kielbasę i chleb, nie zapominając również i o zapasie machorki. Energiczne dochodzenie w toku.” – Bardzo słusznie. Energiczność dochodzeń w sprawie kradzieży produktów spożywczych jest jak najbardziej wskazana. [PP]

„Dziś, t.j. 1-go maja, (...) ukażą się: (...) piękny film p.t. „Zaledwie wczoraj...” – arcydzieło, odsłaniające duszę kobiety, która знаła tylko miłość i poświęcenie; poczem film „Od wieczora do północy”, którego wspaniała i ciekawa treść łączy się z piękną rewią, oraz potężny, egzotyczny dramat „Legion Śmierci” ilustrujący romantyczne dzieje skazanego na śmierć uciekiniera (oficera) z Legji Cudzoziemskiej.” – Wprawdzie nie widzieliśmy „Zaledwie wczoraj...”, ale wierzymy, że film o ambicjach odsłaniania duszy kobiety musiał być arcydziełem. [PP]

1 maja 1938 r.

„Z okazji przypadającego (...) 8.V. b.r. jubileuszu Bialskiego Pułku Piechoty p. M. Hoffer, b. żołnierz tego Pułku, właściciel laboratorium farmaceut. „Hofferosa” ofiarował dla wszystkich szeregowych 34 P.P. – 1200 tub. doskonałej pasty do czyszczenia i konserwowania zębów „Hofferdont”. (...) dar p. Hoffner ma na względzie tak cenną dla kraju zdrowotność naszych dzielnych wojaków. Tak więc mamy do zanotowania jeszcze jeden fakt, który świadczy o sympatiach i troskliwości ogółu w stosunku do naszych Trzydziestoczwartaków.”

*Zycie Podlasia*

Organ Powiatowego Komitetu Frontu Narodowego  
Nr 5 (37) Rok III • Biała Podlaska, marzec 1936 r. • Cena 20 gr.

maj 1956 r.

„W lutym br. został w Białej Podlaskiej zorganizowany Społeczny Komitet Budowy Kina Miejskiego. (...) Zasadniczą formą zbiórki finansów na budowę (...) uznano dobrowolne opodatkowanie się wszystkich ludzi pracy. Ostatnio społeczeństwo (...) jest zaniepokojone faktem, iż (...) komitet nie przejawia żadnej w tym zakresie działalności. A przecież należałoby zająć się – ustaleniem wytycznych dla przykładowych KBK, organizowaniem propagandy masowej itp. (...) Sprawa jest bardzo pilna. Jeżeli w najbliższym czasie nie rozpocznie się budowa projektowanego budynku, miasto może być na okres 2-3 lat zupełnie pozbawiona kina.” – Dziś mamy dwa kina, a w jednym kilka sal projekcyjnych. Jak widać od przybytku głowa nie boli. [PP]



# LOOK

## SALON OPTYCZNY

### OFERUJEMY:

- Największy wybór opraw
- Soczewki kontaktowe, płyny, galanteria
- Profesjonalna szlifiernia
- Studio Videocentracji „Progress”

PROFESJONALNA OBSŁUGA  
MIŁA ATMOSFERA  
DOBRA CENA



ul. Sidorska 2K, C.H. SAS Biała Podlaska  
tel. 609 716 144

Zapraszamy pn.-pt. 9.00-18.00, sob. 9.00-15.00